COSAS

ESPECIAL BIENESTAR
CONOCE LAS DIFERENTES OPCIONES PARA UN BIENESTAR INTEGRAL

COPA AMÉRICA
LA MEMORABLE VICTORIA DE ARGENTINA

STEFAN DUPPEL
EMBAJADOR DE ALEMANIA: "SIEMPRE HEMOS APOYADO EL CAMINO DEMOCRÁTICO EN BOLIVIA"

ALMA MORALES
REPRESENTANTE DE LA OMS/OPS: "TOCA A LA HUMANIDAD CONFIAR EN LA CIENCIA"

HOMENAJE A ARMIN FRANULIC

UN GRANDE LLEGÓ A LA META

TITANIUM+

METAL CREDIT CARD

Bienvenido a un mundo sin límites

Es una nueva tarjeta metálica, para clientes de alto patrimonio, con todo el poder para abrir nuevos horizontes y dejar huella por donde pasa. Solo algunos podrán tener tanto poder en sus manos y vivir en un mundo sin límites.

Es la primera tarjeta metálica en el contexto nacional, la de más alta gama y elevada cuota, con grandes recompensas, fabricada de metal con una inyección cerámica que destacan su solidez y elegancia, pero que brinda un peso satisfactorio y un golpe sordo impresionante cuando se la deja caer sobre una mesa. Incorpora todas las medidas de seguridad y de validación como el Contactless, chip y banda magnética. La información de la tarjeta se ubica al reverso del documento, con un diseño VISA Quick Read que facilita su lectura.

BENEFICIOS:

Exclusividad
La Tarjeta TITANIUM+ VISA Infinite es una tarjeta de élite, que se diferencia de otras tarjetas plásticas porque es de metal y cerámica, entregada únicamente por invitación a personas de alto patrimonio.

Un mundo sin límites
Una infinidad de posibilidades para abrir puertas más allá de las fronteras.

6.000 puntos de Bono
Bono adicional de 6.000 mil puntos por haber consumido más de $US 6.000 en los primeros 3 meses.

Seguros de Salud $/3
Pago en 3 cuotas por las pólizas de seguros de salud mayores a $US 3.000.

Descuento en Restaurantes y Marcas Exclusivas
Descuentos atractivos para clientes TITANIUM + en restaurantes y marcas exclusivas (descritos en sitio web).

Más pases con Priority Pass
12 pases libres para ingresar a salas vip Priority Pass.

Asesoría personalizada
Concierge de VISA, disponible 24/7 para asistir a los tarjetahabientes en el envío de obsequios, entradas para espectáculos, arreglos de viaje, renta de vehículos, reservaciones para obras de teatro y cualquier otra información o asistencia que el tarjetahabiente pueda necesitar, en su país de residencia y en cualquier lugar del mundo.

Toda la Gama de Seguros
Incluye la gama completa de seguros y beneficios de VISA Infinite.

Ventajoso Programa de Puntos
Acceso al más ventajoso programa de acumulación de puntos para canjear por tickets de avión, noches de hotel y alquiler de vehículos.

Línea de crédito flexible
Posibilidad de ampliar la línea de crédito inmediatamente, sin costo y de acuerdo a necesidad.

Esta entidad es supervisada por ASFI.

Banco ECONOMICO

TITANIUM+

VISA INFINITE

Banco ECONOMICO

GENTE DE HOY

COPA AMÉRICA

LA MEMORABLE VICTORIA DE ARGENTINA

Entre la Copa América y la Eurocopa, el mundo entero ha estado atento a los partidos de las semifinales y finales de la nueva edición de ambos torneos. Hoy COSAS se enfocará en el campeonato de selecciones de fútbol más importante del continente americano: novedades, hitos y curiosidades para recordar, y los logros conseguidos por los equipos y jugadores más destacados de la región.

Por Redacción COSAS/ Fotos Shutterstock

Eventos deportivos alrededor del mundo han sido pospuestos, modificados y adaptados a la nueva realidad, y la Copa América no fue la excepción. La Conmebol decidió que el torneo de fútbol se lleve a cabo el 2021 en vez del año previo, además de cambiar de sede. Inicialmente se propuso realizar el evento entre dos países: Argentina y Colombia; pero, a menos de un mes de que empiece la copa, ambos se retiraron debido a la crisis sanitaria y social que impacta a sus poblaciones vulnerables desde hace un tiempo. Por este motivo se decidió, de manera sorprendente, realizar el torneo, en su totalidad, en Brasil, modificando el calendario. Como era de esperar, la decisión fue controversial e inició una discusión sobre la importancia de ser estrictos con el control y cuidado para no propagar el contagio del coronavirus. Por su parte, la Conmebol describió, en un comunicado oficial, los estrictos protocolos de seguridad tanto para los jugadores,

como para el staff y los entrenadores de cada equipo, y los reglamentos que promueven el aislamiento, entre muchos otros detalles que se establecieron en las cuatro ciudades brasileñas donde se llevó a cabo la Copa América. Debido a este control se identificaron más de 100 casos positivos entre todos aquellos relacionados a la organización y participación del evento.

El único partido que contó con presencia de hinchas en el público fue la final del torneo llevado a cabo en Río de Janeiro. Después de una larga consideración, el ayuntamiento de la ciudad decidió permitir el ingreso del 10% del aforo al estadio de Maracaná, lo que significó 4000 personas en las tribunas con pruebas negativas de Covid-19, realizadas 48 horas previas al partido.

Las redes sociales han estado inundadas con mensajes de celebración por la victoria de Argentina, aquella que significa mucho más que un primer puesto –punto que desarrollaremos más adelante–; el segundo puesto fue para el país anfitrión, Brasil; el tercer lugar se lo llevó Colombia; y el cuarto, Perú. Además de ganar copas y el reconocimiento por su desempeño, estos finalistas llevaron a casa grandes recompensas de millones de dólares. Argentina, por su posición, recibió 10 millones, Brasil cinco y los últimos puestos cuatro y tres, respectivamente.

MOMENTOS PARA RECORDAR

Definitivamente, hay muchos hitos y momentos de esta copa que se recordarán en el tiempo; desde las tribunas vacías, hasta las conversaciones de los jugadores que se escucharon claramente durante los partidos, debido a la falta de los cantos de los hinchas. Seguramente hay mucho que contar en este apartado, pero se mencionarán solo algunos detalles.

Inicialmente, un tema que llamó la atención fue la cantidad de partidos que finalizaron en penales. Tanto en los cuartos de final como en las semifinales, Perú, Paraguay, Uruguay, Colombia y Argentina tuvieron que definir su clasificación por penales al acabar el tiempo reglamentario de 90 minutos. En el caso de la final, se estableció que sí habría una prórroga de 30 minutos en caso de empate. Los anteriores partidos fueron una excepción por un nuevo reglamento.

Otro incidente que dio mucho de qué hablar fueron los penales del partido entre Colombia y Argentina, específicamente lo dicho por el arquero argentino, Emiliano Martínez. Con la intensión de desconcentrar a los oponentes, el portero hizo diferentes comentarios que muchos consideraron como ofensivos y fuera de lugar, lo que inició una conversación entre los expertos y aficionados del fútbol: ¿Este incidente es algo nuevo o solo se notó más por la falta de público? ¿Es correcto o no se juzga debido a que 'siempre se hizo'? ¿Debería haber consecuencias? Seguramente este tema seguirá en debate por mucho tiempo o hasta que se creen reglamentos para aclararlo.

Otra cuestión muy comentada entre los internautas fue el trabajo sorprendente de las selecciones de dos países: Paraguay y Perú. El segundo país lució gran habilidad durante el torneo,

sobre todo después de haber mostrado un desempeño regular durante las eliminatorias. Perú llegó a posicionarse en el cuarto lugar y recibió elogios y felicitaciones por la habilidad demostrada durante el partido en contra de Colombia.

Es importante mencionar el rol de Bolivia durante el torneo. Se generó mucha polémica sobre diferentes declaraciones e incidentes, pero queda el recuerdo del abrazo entre el arquero boliviano Carlos Lampe y Lionel Messi, después del encuentro entre ambos equipos.

LA FINAL

Se generó muchísima expectativa para la final de la Copa América entre los equipos de Brasil y Argentina, en especial por la participación de los jugadores Messi y Neymar. Con el gol de Ángel Di María, la selección argentina se llevó la copa, logrando marcar un hito para la historia de su país.

Hay muchos que llamaron la "maldición argentina" al hecho de que esta selección haya estado muy cerca de la victoria, tanto del mundial como de diferentes copas, en varias ocasiones, sin poder levantar un título grande. En realidad, la última vez que ganaron una Copa América fue en 1993 en Ecuador; Argentina no obtenía un título hacía ya 28 años y había perdido siete finales. Es por este motivo que, cuando sonó el pito del árbitro anunciando el final del partido y la victoria de esta selección, los integrantes de la misma cayeron de rodillas por la alegría de haber conquistado la Copa América. Juntos, todos abrazaron a Messi y lo lanzaron por los aires. Entre lágrimas y abrazos, los jugadores festejaron el momento con mucha emoción. Definitivamente, la escena de Messi y Neymar abrazados como amigos conmovió a millones.

Para Brasil el pronóstico se pintaba muy distinto al de sus contrincantes, ya que contaba con increíbles estadísticas de victorias: participó en un total de 28 partidos en su país, de los cuales ganó 24 y empató los cuatro restantes; además, las cinco Copa América organizadas en Brasil fueron ganadas por los anfitriones. Estas victorias ocurrieron en los años 1919, 1922, 1949, 1989 y 2019.

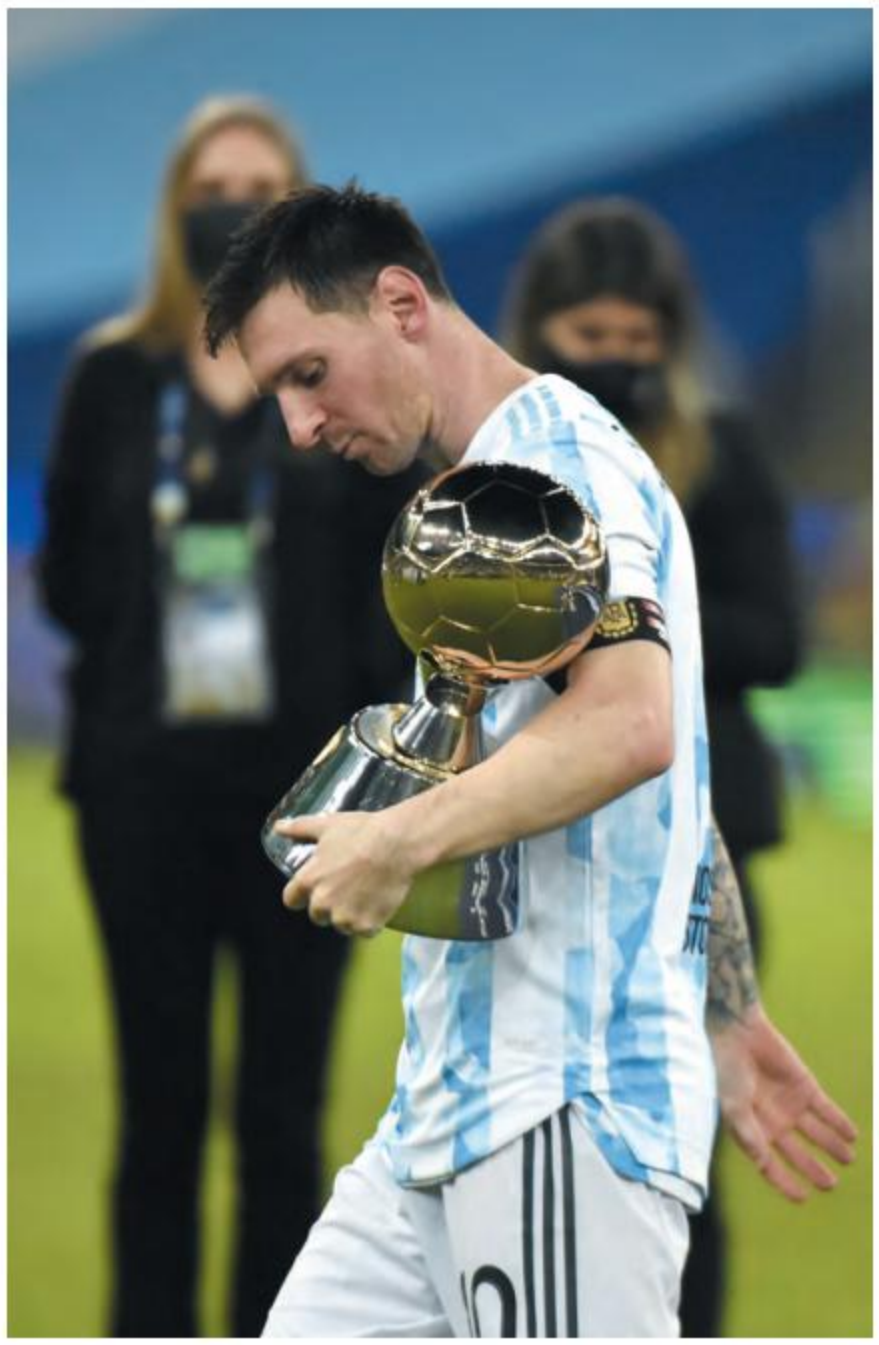
LOS MEJORES JUGADORES

Además de la entrega de la copa a los victoriosos del año, en cada final del torneo de la Copa América se entregan galardones a los atletas más destacados por su desempeño.

En esta ocasión, el resultado dejó sorprendidos a todos: los jugadores que recibieron el reconocimiento como mejor jugador fueron en realidad dos: "El Grupo de Estudio Técnico (GET) de la Conmebol elige a Lionel Messi y a Neymar como los mejores jugadores de la Conmebol Copa América 2021, por demostrar en cada partido sus diferentes cualidades que los hacen ser jugadores íntegros, con calidad técnica y táctica", detalló el comunicado oficial. A esta novedad se sumó la noticia de que esta decisión fue tomada antes del inicio del partido de la final.

En cuanto al premio por la mayor cantidad de goles logrados durante el torneo, destacaron Lionel Messi y el colombiano Luis Díaz, quien fue una revelación en el certamen. Ambos se convirtieron en los máximos goleadores de la Copa América 2021, recibiendo el botín de oro del campeonato de selecciones suramericanas, al anotar cuatro goles.

Definitivamente, como compartieron muchos en sus redes, volver a tener diferentes eventos deportivos nos da un atisbo de esperanza de un regreso pronto a la normalidad, de disfrutar de apoyar a diferentes países en ámbitos tan amenos como el fútbol.■



{LA PAZ}

EN TU DÍA,
EL CARIÑITO
TE LO DAMOS
NOSOTROS.

CASA REAL
SINGANI

EL CONSUMO EXCESIVO DE ALCOHOL ES DAÑINO PARA LA SALUD. VENTA PROHIBIDA A MENORES DE 18 AÑOS DE EDAD.

DESTACADOS

JULIO DE 2021

"STEFAN DUPPEL" 14

Embajador de Alemania: "Siempre hemos apoyado el camino democrático en Bolivia".

ALMA MORALES 18

Representante de la OMS/OPS: "Toca a la humanidad confiar en la ciencia".

HOMENAJE A ARMIN FRANULIC 22

Un grande llegó a la meta.

ESPECIAL BIENESTAR 27

LA ESPINA 40

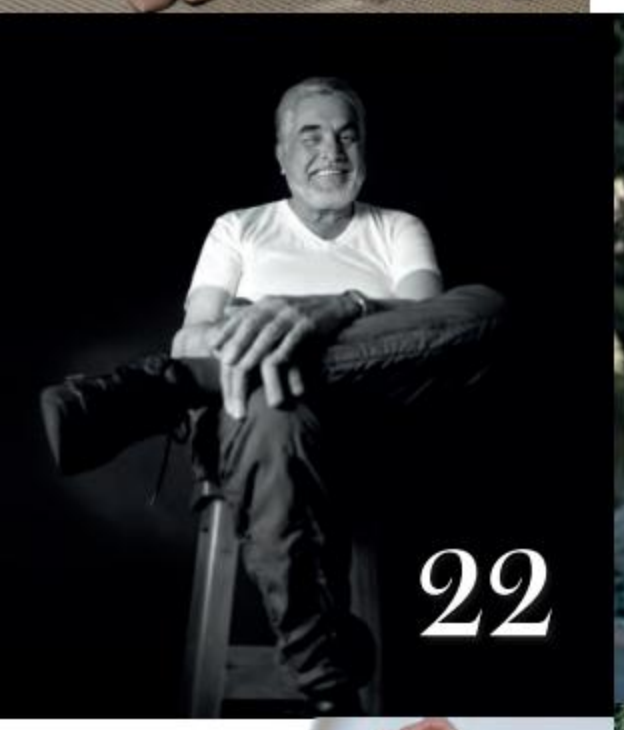
El presente y futuro de la moda boliviana por Vania Rodríguez.

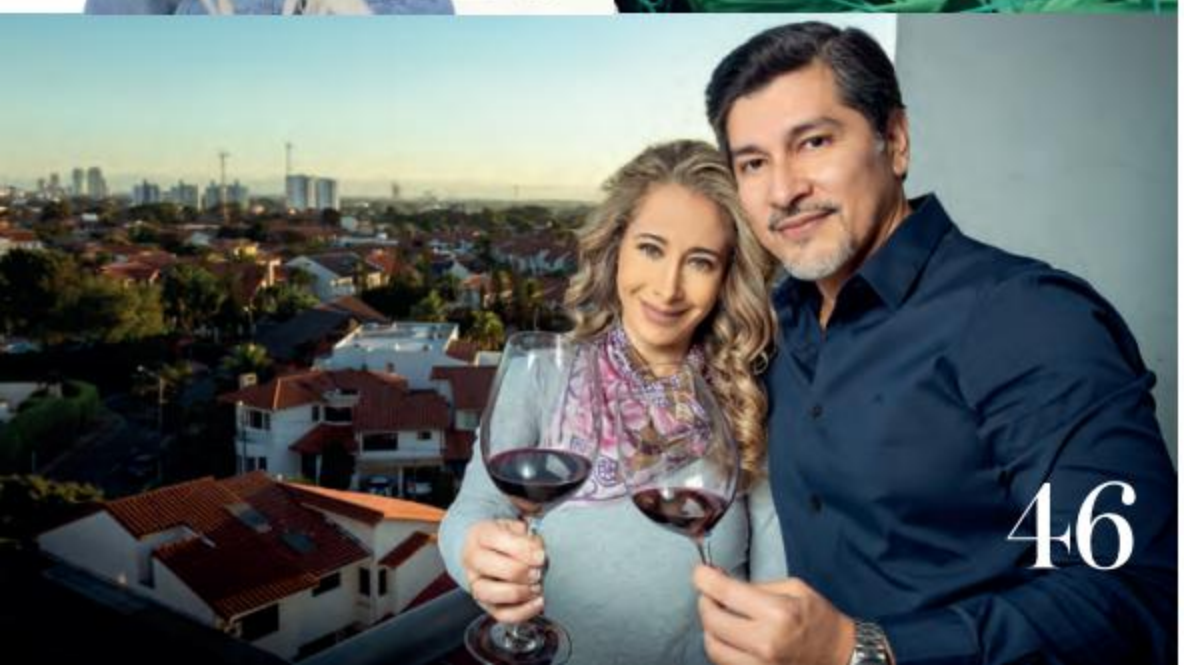
#CAVACOSAS 46

Luis Fernando Acasigüe y Fabiola Antelo.

PRINCESA DIANA 50

Una estatua para conmemorar su vida.





En portada: Armin Franulic posó para el lente de la fotógrafa Alejandra Reznicek para el libro *Made In Bolivia*. Gracias a Alejandra, COSAS le rinde homenaje al campeón a través de su portada.

Dove®

Crema de belleza corporal

El cuidado perfecto para tu piel.

DISTRIBUIDOR PARA BOLIVIA

Fragance

Telf.: (591-3) 336-8282
E-mail: gerencia@fragancebolivia.com

¡BÚSCALO EN TU SUPERMERCADO Y/O FARMACIA FAVORITA!

COSAS
UNA REVISTA INTERNACIONAL

FUNDADA EN 1999
NIT Nº 122617024
DEPÓSITO LEGAL Nº 4-3-65-03

Directora
Carla Tejerina de Cabezas

Editora Ana Sofía Cabezas

Periodista María José Parejas

Colaboradores Pablo Manzoni
Quito Velasco
Carmen Luz Calvo
Gastón Serrano
Martina Prudencio Claros
Andrea Oviedo

Departamento de Arte Beatriz Aquino

Fotografía Alejandra Reznicek
Pablo Manzoni
Julio Gonzalez
Martina Cabezas

EDITORA Y PROYECTOS S.A.

Gerente Regional Santa Cruz Claudia Pommier
cpommier@cosas.com

Revista "COSAS" editada por Editora y Proyectos S.A. Calacoto calle 23, Torre Empresarial Titanium
Of. 102
Telf: 2150191
Casilla: 9858
La Paz
Paseo Comercial "El Chuubi" Nº34
Equipetrol Telf: 3145205
Santa Cruz

Pre -Impresión digital e Impresión SPC Impresores s.a.

Representante Legal Orlando Cabezas

Editora Internacional Soledad Miranda Ibarra

Bureau en Nueva York Manuel Santelices Iturriaga

Corresponsales:
Nueva York: Francisca Reyes C.
Hollywood: Yenny Nun
Londres: Loreto Herman
Nathalie Malinarich
Madrid: Carlos Kieffer
París: Andrea Desormeaux
Copenhague: Tatiana Ramírez
Zurich: Paula Amunátegui
Buenos Aires Claudia Echeverría
Mar del Plata: Verónica Foxley Detmer

Servicios informativos exclusivos Agencias: Gamma Presse, Angeli, Sipa Press, Europa Press, Camera Press, Serpesa S.A.

Publicaciones: Newsweek, Paris Match, Gente, Noticias, Tribuna de Actualidad.

EDICIONES INTERNACIONALES

"Cosas" Chile Directora Mónica Comandari Kaiser

"Cosas" Perú Directora Elizabeth Dulanto de Miró Quesada

"Cosas" Ecuador Directora Claudia Gonzáles

"Cosas" México Directora Arlenne Muñoz Vilchis

Suscripciones: 2150191 - 3145205
www.cosas.bo / Email: revistacosas@cosas.com

BOLIVIA: 20 Bs.

Prohibida toda reproducción total o parcial del contenido de esta revista.

A STAR ALLIANCE MEMBER

CopaAirlines

Visita

MIAMI

¡Reserva ya!

copa.com

OFICINAS deVENTAS

CALL CENTER

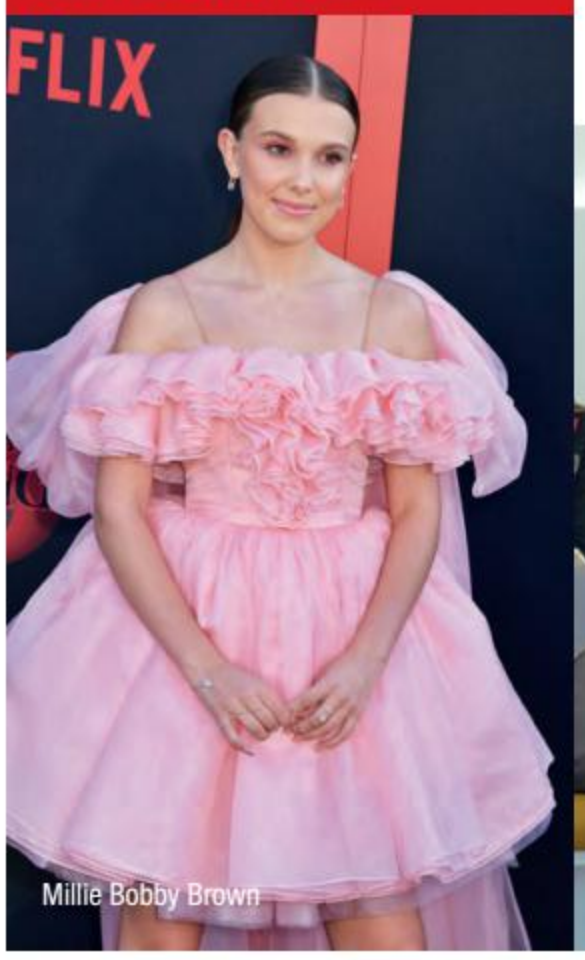
AGENCIAS de VIAJES

COSAS DE FAMOSOS

Por Martina Prudencio Claros/ Fotos Shutterstock.

Kate del Castillo

KATE DEL CASTILLO, PROTAGONISTA DE LA ICÓNICA TELENOVELA *LA REINA DEL SUR*, VIAJÓ A BOLIVIA PARA FILMAR LA TERCERA TEMPORADA DE LA SERIE: 'HE ENCONTRADO UNA BOLIVIA HERMOSA COMO SIEMPRE'.



Millie Bobby Brown

Kate del Castillo, protagonista de la icónica telenovela *La Reina del Sur*, viajó a Bolivia para filmar la tercera temporada de la serie por un lapso aproximado de tres semanas. Luego de haber rodado escenas en el Salar de Uyuni, el Cementerio de Trenes, un "Cholet" en el Alto, el mercado Lanza, entre otros, el elenco de la serie se despidió de nuestro país. Kate compartió varias imágenes de ella en Bolivia en sus redes sociales, durante la filmación, comentando el aprecio que le tiene a nuestra tierra: "La Reina del Sur 3 mostrando lo más hermoso de Latinoamérica", "Felices de mostrar Bolivia en La Reina del Sur 3". La actriz dedicó unas palabras de despedida en entrevista con Telemundo: "He encontrado una Bolivia hermosa como siempre, muy cambiada, muy linda y es como si hubiera estado aquí hace muy poquito tiempo. Estoy muy contenta".

Tras varios rumores de un supuesto romance con el hijo del recordado cantante Jon Bongiovi, la actriz Millie Bobby Brown se mostró públicamente de la mano de Jake en las calles de Nueva York. Las imágenes, que confirmarían el romance, fueron captadas por paparazzis mientras la pareja caminaba por la ciudad en compañía de Winnie, el perrito de la intérprete de la reconocida serie *Stanger Things*. Como se recuerda, a Millie y Jake se les vinculaba debido a publicaciones que compartían juntos en Instagram, en donde alegaban que eran mejores amigos. Según los medios, Brown conoció al hijo de la estrella de rock a través de amigos en común y la química fue instantánea..

Del pasado 14 al 18 de junio ha sido la esperada *Élite Week*, la semana donde, no solo se estrenó la cuarta temporada del drama español de Netflix que conquistó el planeta, sino que también se estrenaron cuatro pequeñas series adicionales que cuentan las historias de diferentes personajes luego del final de la tercera temporada. La nueva temporada empieza con la llegada de tres chicos a las Encinas, quienes —junto al nuevo director—, ponen a los alumnos que ya conocíamos, patas arriba. La serie ha dejado a los fanáticos ansiosos por más del *show* del cual ya se había confirmado la quinta temporada, la misma que ha sido grabada simultáneamente con la cuarta. No sería de extrañar que veamos más de *Élite* muy pronto, y el director de la serie ha confirmado que, si los nuevos personajes se ganan al público, la serie seguirá renovándose.

Elenco Élite

COSAS DE FAMOSOS

Britney Spears hizo fuertes declaraciones contra su padre en el tribunal legal que lleva el caso de su tutela. James Parnell Spears, el progenitor de la artista, había tenido la tutela legal de todos los asuntos médicos y personales de la misma desde el 2008, cuando una serie de incidentes públicos llevaron a que se dude de la salud mental de Britney. La batalla legal por su tutela retomó acción y, en la corte del 23 de junio, la artista expuso los abusos que vivió durante más de una década, refiriéndose a ese tiempo como un secuestro y oponiéndose a su padre por primera vez en público. "Tengo un DIU (dispositivo intrauterino) en mi cuerpo en este momento que no me deja tener un bebé, y mis tutores no me permiten ir al médico para que me lo retire". "Esta tutela es abusiva y absurda, y algunos implicados deberían estar en la cárcel", son algunas de las acusaciones que hizo Spears.

Britney Spears

BRITNEY SPEARS HIZO FUERTES DECLARACIONES CONTRA SU PADRE EN EL TRIBUNAL LEGAL QUE LLEVA EL CASO DE SU TUTELA. JAMES PARNELL SPEARS, EL PROGENITOR DE LA ARTISTA, HABÍA TENIDO LA TUTELA LEGAL DE TODOS LOS ASUNTOS MÉDICOS Y PERSONALES DE LA MISMA DESDE EL 2008.

Cecilia Suárez y Paco León, dos actores de la serie mexicana *La Casa de las Flores* y de la recientemente estrenada película basada en esta, han sido acusados de racismo. El motivo fue un video compartido en las redes sociales, donde Paco dijo un comentario peyorativo refiriéndose a Cecilia, quien llevaba el pelo en dos trenzas. El Internet explotó con críticas hacia los intérpretes de Paulina de la Mora y María José Riquelme, acusándolos de racistas al utilizar un término racista como una broma desde sus posiciones de privilegio. Cecilia abordó el tema, alegando que ella recibió el comentario como un agasajo hacia la sangre maya por parte de su abuela paterna. Paco, por su parte, dijo que no tenía ninguna intención de ofender con lo dicho, agregando que él lo ve como un piropo hacia su amiga, halagando sus "trenzas, raíces, fuerza y espíritu indómito". Ambos se disculparon por las palabras malinterpretadas. La reunión entre amigos se convirtió en debate. ¿Tú, qué piensas?

Cecilia Suárez

Meses después de la impactante noticia del divorcio entre Kim Kardashian y Kanye West en febrero de este año, diferentes rumores de una nueva relación del rapero fueron confirmados. Durante su cumpleaños 44, el diseñador de moda y compositor fue fotografiado con la supermodelo Irina Shayk en un romántico viaje en Francia. West y Shayk tienen historia juntos: la modelo apareció en el video musical del rapero de 2010 para *Power*, y luego apareció en el desfile de Yeezy de la Semana de la Moda de París en 2012. West le dio un reconocimiento a Shayk en su canción de 2010 *Christian Dior Denim Flow*, rapeando "Quiero ver a Irina Shayk junto a (la modelo holandesa) Doutzen (Kroes)". Shayk es la primera mujer con la que se ha vinculado a West desde que Kim Kardashian solicitó el divorcio después de siete años de matrimonio. ■

Kanye West

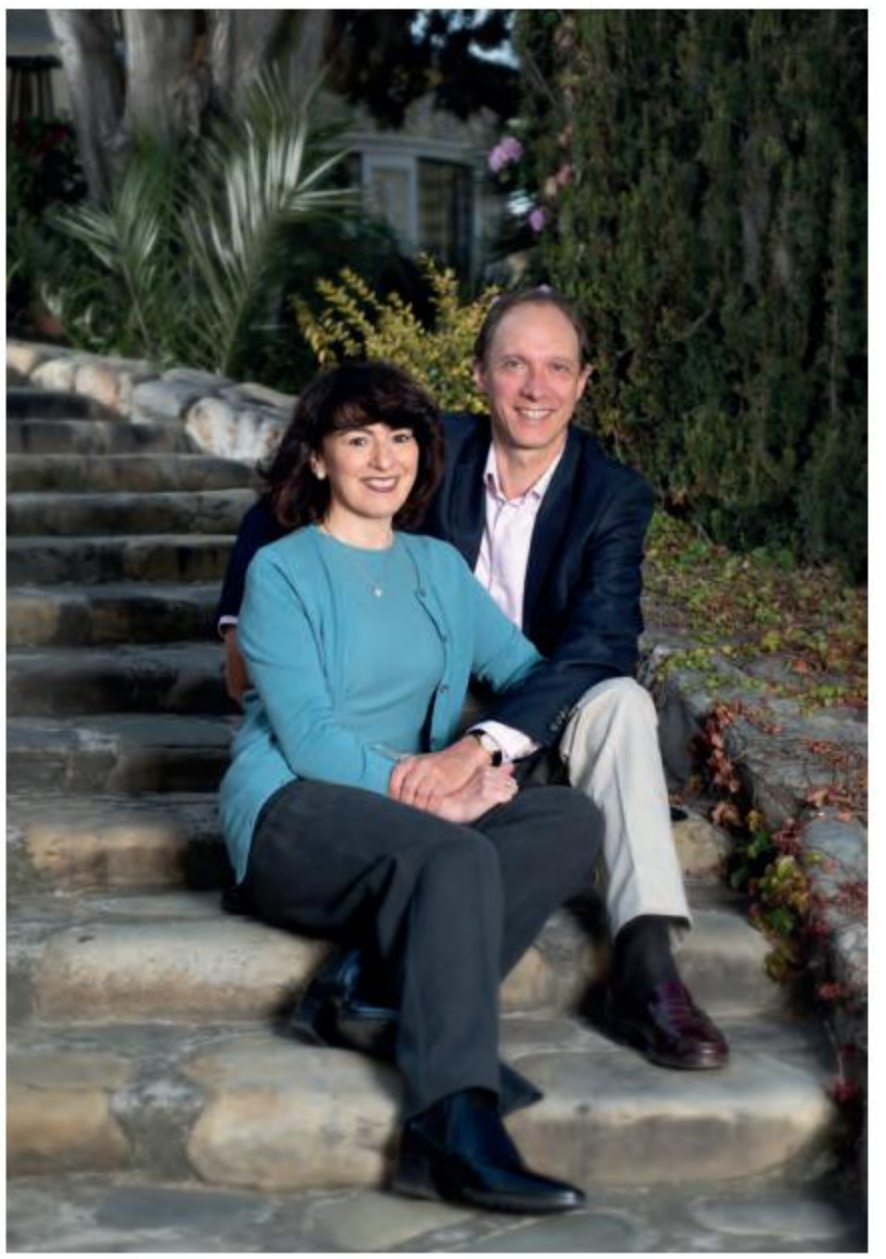
El embajador de Alemania en Bolivia comparte con COSAS las prioridades de su misión diplomática en Bolivia, cómo estas se adaptan a la coyuntura actual y a la gestión de la cooperación alemana en el país. Además, opina sobre diferentes temas como la vacunación, la justicia, la política y la democracia en la región.

STEFAN DUPPEL

"SIEMPRE HEMOS APOYADO EL CAMINO DEMOCRÁTICO EN BOLIVIA"

Por Carla Tejerina / Fotos Alejandra Reznicek.

Stefan Duppel relata su experiencia luego de trabajar en diferentes países. Junto a su esposa, Elena Alonso Frayle, ya estuvieron en Latinoamérica y España, pero su primer puesto como embajador fue en Mongolia (2016- 2019), para después asumir el mismo cargo en Bolivia, "elegimos el destino con mi esposa por diferentes razones", como cumplir el deseo de retornar a Latinoamérica, explica Duppel y añade que el país tiene muchas similitudes con Mongolia: "es una pobla- ción relativamente pequeña, los dos países no tienen acceso al mar, pero tienen muchos recursos naturales. También me gustan los países que están en vías de desarrollo y no está todo hecho. Ambos son países con un gran potencial, y que representan un desafío profesional que personalmente me agrada. En una misión diplomática en Europa y dentro de la Unión Europea, el margen de maniobra es relativamente pequeño, porque hay muchas instituciones y todo tiene arreglo. En cambio, en países como Mongolia y Bolivia es distinto, ya que el camino no está tan claro en su desarrollo y en las relaciones internacionales, tampoco".



LAS PRIORIDADES DE LA MISIÓN DIPLOMÁTICA

Al momento de conversar sobre las prioridades de su misión, Duppel comparte que dependen de la evolución de la situación actual y explica que "Bolivia vive una triple crisis: de salud, política y económica-social. Entonces, cualquier proyecto que teníamos hace tres años ahora quizá ya no es prioridad. Se presentan otras prioridades, por ejemplo, en el tema de salud tenemos un intercambio entre expertos en la medicina de Berlín, Alemania y los expertos de salud de Bolivia. Lo hemos empezado en octubre del año pasado y ahora en agosto van a

volver para analizar, por ejemplo, el tema de la presencia de las mutaciones aquí y cómo reaccionar". Además, describe otras áreas como la política, aquella en la que asegura que "siempre hemos apoyado el camino democrático en Bolivia y tocaba en esos meses estar presente con ideas y proyectos acerca de cómo facilitar una reconciliación que tanto necesita el país y que tantos bolivianos quieren".

En el área económica, Duppel asegura que, aunque dada la situación, en principio no hay grandes iniciativas, "este año vamos a tener negociaciones sobre cooperación económica de desarrollo con el Estado y espero tener proyectos ya para los próximos tres a cuatro años".

En cualquier caso, se espera una continuidad en las áreas habituales de la cooperación: desarrollo rural, cambio climático y agua, entre otras.

SALUD Y VACUNAS: UN ESFUERZO CONJUNTO

"Juntos, los países de la Unión Europea han contribuido más que ningún otro país o institución internacional al sistema Covax. Alemania es el mayor contribuyente dentro de la Unión Europea y nuestra idea es que un reto global como la pandemia tiene que tener una respuesta global. Es decir, con las instituciones multilaterales que tenemos o que tenemos que desarrollar. En total, Alemania ya ha contribuido con 2.500 millones de euros a la OMS, a Naciones Unidas en general, y al sistema Covax en cuanto a las vacunas. Yo creo que es la respuesta prioritaria. También tenemos y tuvimos en Bolivia 15 proyectos bilaterales de equipamiento; además, desarrollamos un proyecto de pro- ducir localmente respiradores junto con la UMSA y Cámara de Comercio e Industria Boliviano-Alemana. Son proyectos adicionales al tema general y es aquí donde las instituciones multilaterales tienen que jugar su papel, porque es la única solución para salir juntos adelante. Si no, va a ser una competencia entre países y nadie va a ganar.

COOPERACIÓN: ¿UN GIRO O LAS MISMAS DIRECTRICES?

"Las dos cosas. Yo creo que el asunto primordial de la salud es algo adicional que surgió y que tenemos que tratar. También el tema de apoyar a la reconciliación: siempre hemos tenido cooperaciones en el tema de derechos humanos y democracia, y ahora pensamos y ofrecemos hacer un proyecto más grande, más detallado. En esa línea, estamos evaluando propuestas para apoyar una reforma judicial, pero habrá que ver si hay interés y cómo avanzar. Por otro lado, la cooperación al desarrollo va a seguir con todo el intercambio cultural y de educación, entre otros, porque esos son temas a largo plazo, no vamos a cambiar. Tenemos colegios alemanes en el país, el instituto Goethe y otras instituciones culturales para el intercambio científico y académico: todo eso va a a seguir", asegura el embajador y añade que "la política exterior alemana siempre ha jugado un papel cultural porque vemos que el diálogo político y el intercambio económico no bastan. Para que la gente se entienda, hay que hacer más. Sin duda, el tema de educación y cultura es uno de los más importantes para entendernos, para interpretar lo que dice el otro".

DEMOCRACIA EN LA REGIÓN

Al momento de evaluar el proceso de metamorfosis que se ha viviAl momento de evaluar el proceso de metamorfosis que se ha vivido en Bolivia desde el 2019 y en la región, Duppel comparte su opinión afirmando que "existe un fenómeno mundial que también afecta a América Latina. Hay que analizar por qué. Mi respuesta es que el mundo se está volviendo cada vez más complejo, acelerado, y muchas personas no están contentas y así surgen respuestas fáciles, simples, que provocan cierta simpatía, porque parecen ofrecer una salida fácil. También hay más desigualdad y una pérdida de la cohesión social en casi todos los países, también lo sentimos en Europa. Todo eso lleva al populismo y la polarización. Me gusta una frase del autor japonés Murakami sobre el nacionalismo, pero yo lo aplico al populismo: 'Es como el alcohol: por un rato mejora el estado de ánimo, pero el día después causa una fenomenal resaca'. También es la experiencia de muchos países latinoamericanos que una y otra vez han vivido ese tipo de respuestas fáciles, que no funcionan y llevan a más problemas. Bolivia no es ajeno a estos fenómenos. Tengo la impresión de que, en su gran mayoría, la gente coincide en que tenemos que buscar un camino pacífico, tenemos que entendernos y hablarnos. Tiene tanto potencial el país que hay que construir una casa donde todos tienen su lugar para vivir, no es necesario pelearse. Yo creo que no hay un tema tan conflictivo que no se puede superar. La regla general es que todas las sociedades y todos los países tienen conflictos. La diferencia es si hay mecanismos para lograr una solución pacíficamente. Esos mecanismos son el parlamento y la justicia, pero pueden ser otros instrumentos como el diálogo, el entendimiento y los compromisos".

SOBRE LA JUSTICIA

"El Estado de derecho es tan importante y tan fundamental como las elecciones. Si no funciona, tenemos un problema. Hay un proverbio alemán que dice: 'un Estado sin justicia es como un cuerpo sin alma". En español, la palabra justicia es el sistema judicial y hacer justicia. En alemán son dos palabras distintas, porque, por desgracia, el sistema judicial no siempre designa a la justicia. Hay que ir por ese camino, entender y lograr que funcione bien, con independencia y con la confianza de todos, y no solamente en materia política, sino también en el caso de —por ejemplo— una mujer que sufre violencia en casa; si no puede acudir al sistema judicial, con la confianza de que la van a ayudar, es muy triste. Es un tema muy grande y complejo que vemos en muchos países. Todos los políticos con los que yo he hablado coinciden en que la justicia es deficiente. Entonces el siguiente paso, si todos están de acuerdo, es mejorar el sistema judicial: manos a la obra. Hay que intentar hacerlo y estoy hablando con mucha gente para ver si podemos apoyar de alguna manera ese proceso, porque es tan necesario. Si la justicia no ofrece una solución, es difícil tener confianza en el país y en las instituciones", comparte Duppel sobre la unanimidad acerca de la urgencia de una reforma del sistema de justicia.

STEFAN DUPPEL: SU PASO POR BOLIVIA

"Hemos hablado de las prioridades y cómo cambian, y nosotros también tenemos que adaptarnos. Tenemos nuevas iniciativas en cuanto a la reconciliación política, apoyarla, espero que eso pueda avanzar, al igual que la reforma judicial. También es importante seguir con los temas que siempre hemos tenido: la cultura y la educación son importantes", resume Duppel, quien cuenta que este año estarán presentes con su apoyo en la Feria del Libro, ya que "la cultura en general brinda otra perspectiva de la vida. Muestra muchos de los sueños y de los traumas que existen en la sociedad y puede presentar el mundo como es, analizarlo y también cómo puede llegar a ser. No hay que pensar solamente en el día a día de la política o de la economía", finaliza. ■

Preparados, listos ¡A VOLAR!

+ NUEVOS PROTOCOLOS DE SEGURIDAD
+ MAYOR FLEXIBILIDAD EN CAMBIOS
+ LA FLOTA MÁS MODERNA Y EFICIENTE
+ Y SIEMPRE LOS MEJORES PRECIOS

ATT
AUTORIDAD DE REGULACIÓN Y FISCALIZACIÓN DE TELECOMUNICACIONES Y TRANSPORTES

AirEuropa
SKYTEAM
Tú decides

ALMA MORALES

"TOCA A LA HUMANIDAD CONFIAR EN LA CIENCIA"

La actual representante de la Organización Mundial de la Salud/Organización Panamericana de la Salud OMS/OPS, quien llega a Bolivia luego de ejercer importantes cargos en países como Nicaragua, Honduras, Colombia y República Dominicana, habla en entrevista con COSAS sobre el cómo acompañar las estrategias de respuesta a la crisis sanitaria generada a partir de la pandemia. Asegura que en nuestro país hubo un plan de vacunación óptimo que permitió tener acceso a diferentes vacunas y espera que, en los próximos meses, se logre tener a más del 30% de la población inmunizada.

Por Carla Tejerina/ Fotos Alejandra Reznicek.

Nicaragüense, titulada como médico y cirujano general en la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, cuenta con una maestría en Salud Pública del Centro de Investigación y Estudios de la Salud, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua y un posgrado en Desarrollo Integral del Adolescente de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Se ha especializado, a través de certificaciones, en liderazgo y gerencia, manejo de recursos humanos y creación de equipos de alto rendimiento.

Jovial, intensa y con un espíritu impregnado de optimismo asegura que es una persona que disfruta los desafíos. Es así como llega a Bolivia, junto a su esposo y su hija de 15 años, en octubre de 2020, para aplicar la experiencia de más de 24 años de trabajo y acompañar la ardua agenda de salud pública de Bolivia en tiempos de pandemia.

Bolivia, ¿un destino de oportunidades?

Cuando se llega como representante a un país nuevo, después de las formalidades, uno se dedica a conocer la situación en todos los ámbitos: comprender las diferencias culturales, entender la estructura del sistema de salud, conocer los diferentes sectores e identificar socios estratégicos para llevar adelante un trabajo conjunto, enmarcado en una agenda nacional de salud pública; pero, cuando llegas en medio de una pandemia, los tiempos son cortos y la prioridad es contribuir a la respuesta sin dejar atrás una agenda de cooperación enmarcada en las prioridades sanitarias del país.

La respuesta a la pandemia nos ha permitido trabajar de manera coordinada, generar alianzas y ser innovadores para una cooperación integral, integrada y oportuna sin dejar de lado temas relevantes como son los determinantes ambientales y sociales, las enfermedades transmisibles y no transmisibles; incluyendo seguridad vial, salud mental, la gobernanza y rectoría del sistema de salud, el acceso y la calidad de los servicios. Todo esto es necesario para contribuir al alcance de la salud universal y al bienestar de la población boliviana en todas partes del país.

¿Cuales son los desafíos más urgentes para su misión?

Primeramente, fortalecer la capacidad nacional y subnacional para la reducción de riesgos, la preparación y respuesta a las emergencias en salud con énfasis en la actual pandemia. Continuar apoyando la implementación de las campañas de vacunación anti-COVID-19 y recuperar las coberturas de inmunización del esquema nacional.

Por otro lado, trabajar con el Ministerio de Salud en la conformación de Redes Integrales de Servicios de Salud. Fortalecer, con las autoridades correspondientes, las competencias básicas del Reglamento Sanitario Internacional para prevención y control de eventos con potencial epidémico y pandémico.

Elaborar la nueva Estrategia de Cooperación de País de la Representación de OPS/OMS Bolivia para el periodo 2022-2026, que facilitará la transferencia de tecnología (diagnósticos, vacunas), la erradicación de las enfermedades eliminables como la malaria, chagas y rabia humana transmitida por perro, la mejora en la calidad de la atención de los programas de salud materno-infantil, apoyo al cuidado integrado, integral y de calidad para los adultos mayores, liberando barreras de acceso, entre muchos otros.

¿Cómo ve la OMS/OPS a Bolivia dentro del escenario regional y mundial en temas de salud pública?

Bolivia es un país prioritario tanto para la OPS como para la OMS, ya que existen muchas oportunidades destinadas a avanzar agendas estratégicas en temas de salud y desarrollo. Ponemos a disposición intercambios de experiencia de intervenciones en atención primaria, en acceso a la población que vive dispersa en zonas rurales, abordajes multiétnicos; asimismo, al ser un país pluriétnico con diversidad cultural, consideramos que se puede resaltar o visibilizar las buenas prácticas de la Medicina Tradicional y pro-

mover una medicina integrativa. La OMS ha reconocido a Bolivia como uno de los países que ha venido fortaleciendo tanto la inversión financiera como el desarrollo en las competencias para el primer nivel de atención, desde hace varios años.

Destacamos la diplomacia en salud que Bolivia desempeña en temas tales como acceso universal a medicamentos, vacunas y tecnologías, así como el impulso a la utilización de las flexibilidades de los acuerdos de propiedad intelectual en bien de la salud pública, como ser la liberación patentes, transferencia de tecnología y fortalecimiento de la innovación y producción para que nuestros países puedan llegar a ser autosostenibles y responder a situaciones como la que hemos estado viviendo en esta pandemia.

¿Cómo evalúa el tema de la vacunación en Bolivia y cuáles considera que sean las proyecciones a corto plazo?

Es importante contextualizar el acceso a la vacuna tanto a nivel global como regional. Partiendo de esta situación, considero que Bolivia ha desarrollado un plan de vacunación sólido, asegurándose ser multivacuna: se aplica Sputnik, AZ, Sinopharm y Pfizer.

A través de mecanismos mixtos —Covax y convenios bilaterales—, se han recibido casi 4 millones de dosis con una cadena de frío adecuada que ha permitido obtener diferentes tipos de vacunas.

Las proyecciones a corto plazo para Bolivia son buenas, actualmente se está por recibir —a través de la alianza Covax— AstraZeneca, J&J. El total de vacunas ingresadas por ese fondo serán de casi 5 millones; adicionalmente, a través de compra binacional, se obtendrán vacunas Sinopharm. Por lo anterior, se podría decir que hasta mediados de agosto Bolivia lograría que el 37% de su población esté vacunada con primeras dosis y 35% con segundas dosis.

La historia ha demostrado por décadas que la vacunación es una de las intervenciones más costo-efectiva de la salud pública y que debe ser reconocida como un bien público al cual todas las personas y los países deben tener acceso, independiente de las capacidades. Toca a la humanidad confiar en la ciencia y en que las vacunas son una herramienta que nos va a permitir llegar más pronto a la normalidad.

¿Qué opinión le merece la liberación de patentes de las vacunas contra la COVID-19?

La OPS aboga por una mayor y equitativa distribución y acceso de vacunas contra la COVID-19. Igualmente, OMS viene activamente demandando a los países desarrollados reducir las brechas de acceso a través de contribuciones adicionales a Covax Facility. Respecto a la liberación de patentes de las vacunas, es una de varias alternativas posibles, siendo esta la que más podría demorar y tener resistencia de las grandes corporaciones pues deberá discutirse en la OMC. Otras alternativas en curso son los permisos temporales que las corporaciones voluntariamente podrían hacer a países específicos para producir sus vacunas, o partes de ella, y utilizar en su población específica.

> Hemos sido testigos de que la salud es fundamental para el desarrollo económico y social y que, para lograr una respuesta contundente ante una crisis sanitaria y humanitaria de esta magnitud, se debe proceder con unión y solidaridad entre las naciones, entre las comunidades y entre las personas.

El director de la Organización Mundial de la Salud (OMS), Tedros Adhanom Ghebreyesus, saludó el pasado 5 de mayo la "decisión histórica" de Estados Unidos de apoyar un levantamiento temporal de las patentes de vacunas anticovid para acelerar su producción y distribución en el mundo.

Los gobiernos de Estados Unidos, Rusia, China y la India han decidido apoyar la medida que han presentado varios países, entre ellos Bolivia, ante la Organización Mundial de Comercio. Desde comienzos de año, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha alertado de que los grandes perjudicados por la estrategia de vacunación global son los países con menos recursos, pues no pueden competir con los países ricos para adquirir las vacunas.

¿Cuál cree que será el impacto de la pandemia en países como Bolivia?

Aunque el verdadero impacto de la pandemia se verá en los próximos años, ya se evidencian sectores muy afectados en todos los países. En el campo de la salud, la región mostró un colapso sanitario que afectó la prestación de servicios esenciales, impactando la capacidad para atender programas materno-infantiles, de prevención y control de enfermedades transmisibles y no transmisibles. No se han logrado alcanzar las coberturas de las vacunas de los esquemas infantiles. En aspectos económicos y sociales se evidencia una crisis global y regional con afectación del crecimiento económico, un aumento significativo del desempleo, pobreza y pobreza extrema, así como la exacerbación de las profundas desigualdades preexistentes en salud, educación, protección social, entre otros.

¿Cuáles son las enseñanzas que nos deja la pandemia?

Grandes enseñanzas. Hemos sido testigos de que la salud es fundamental para el desarrollo económico y social y que, para lograr una respuesta contundente ante una crisis sanitaria y humanitaria de esta magnitud, se debe proceder con unión y solidaridad entre las naciones, entre las comunidades y entre las personas.

Quiero destacar que esta pandemia nos hizo recordar que las enfermedades no tienen fronteras, y que el enfoque adecuado de la respuesta nacional debe articularse en el marco de la respuesta regional y mundial. Otra enseñanza tiene que ver con la importancia de la capacidad de resiliencia de las personas, las comunidades y los sistemas para adaptarse y mantener su funcionalidad básica ante los desafíos de una crisis.

Aprendimos que la respuesta a una crisis sanitaria debe estar fundamentada en la evidencia y los avances científicos basados en la comunicación veraz y en el trabajo coordinado entre los diferentes actores y sectores. Es importante mencionar que, adicional a la responsabilidad del Estado, la responsabilidad individual es clave para el ejercicio de las medidas de salud pública que parten del individuo a la colectividad para ser efectivas en el control de una pandemia, siempre pensando que el derecho a la salud se ejerce con responsabilidad. ■

HUANTARO
FRAME YOURSELF

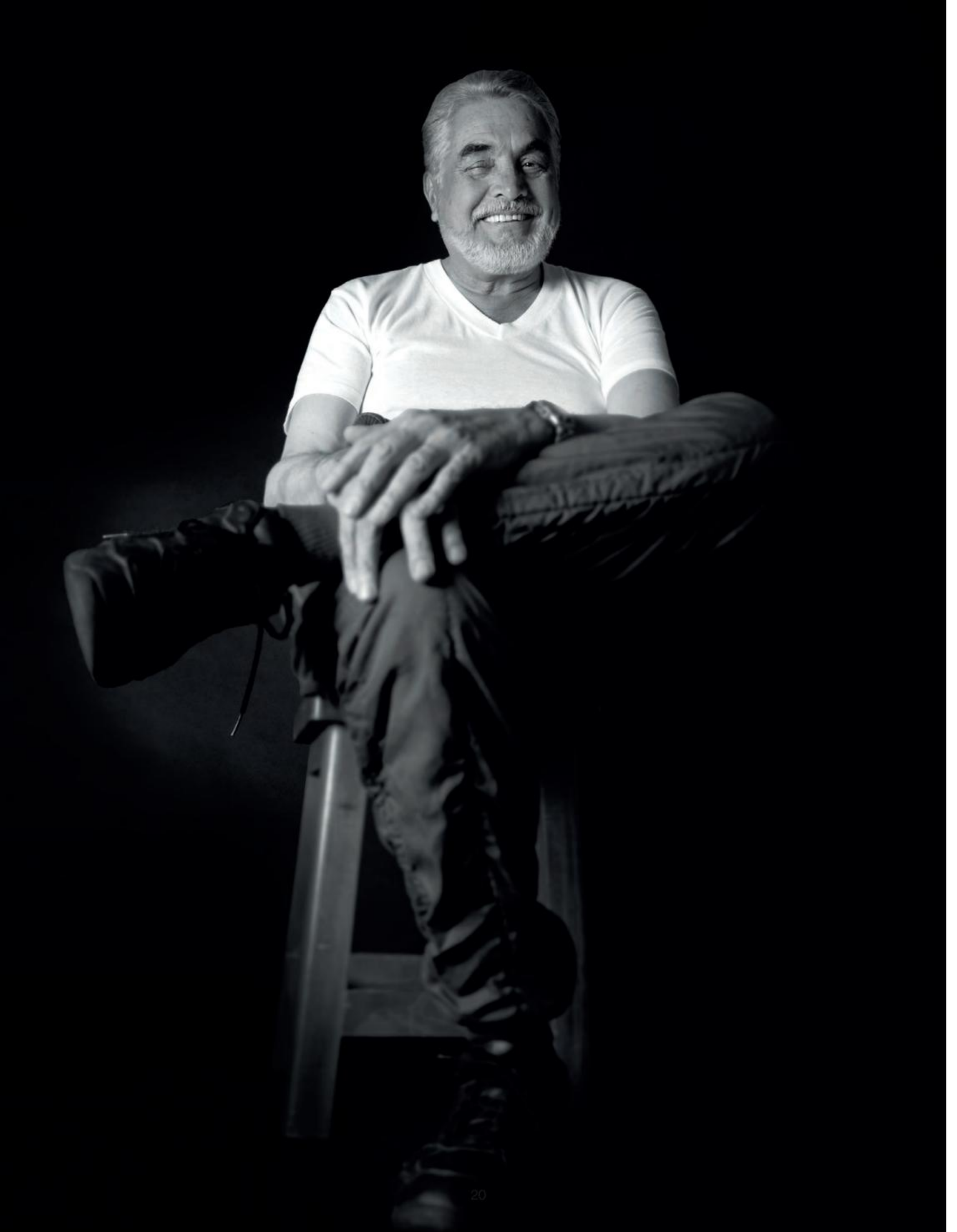
¡PRONTO!

UN NUEVO LUGAR DÓNDE PUEDES SER TU MISMO/A

VISÍTANOS

La Paz — Av. Costanera # 150 Esq. Calle 2 de los Pinos Edificio Leyenda PB **Local 1**

Cbba. — Av. América Esq. Pantaleón Dalence #488, Edificio Paseo Aranjuez, **Local 103**



HOMENAJE A

ARMIN FRANULIC

UN GRANDE LLEGÓ A LA META

Armin Franulic será siempre recordado como uno de los bolivianos más destacados por su gran talento y dedicación en el automovilismo. El deportista llegó a la última meta de su vida, dejando innumerables logros para Bolivia y la admiración de todos aquellos que siguieron su carrera, además de un recuerdo imborrable en familiares y amigos. Hoy, en las páginas de COSAS, queremos hacerle un homenaje de la mano de Alejandra Reznicek, fotógrafa quien retrató a Armin para el libro Made In Bolivia, y de Rediez, plataforma digital que entrevistó al multicampeón y que hoy comparte con nosotros parte de la nota.

Texto: Rediez y Redacción COSAS/ Foto principal: Alejandra Reznicek para el libro Made In Bolivia

Armin Franulic fue un gran adorador de los fierros, un piloto que aceleraba a fondo sin especulaciones para llegar triunfante a la meta y regalarle a su público un verdadero espectáculo. A finales de los años setenta apareció en escena el paceño de barba que escribió con letras de oro su nombre como ocho veces Campeón Nacional y cinco veces ganador del Gran Premio, algunas de las tantas hazañas logradas en más de tres décadas de brillante carrera deportiva. Hoy lo recordamos con infinita admiración, destacando momentos importantes de su vida y carrera para nuestros lectores.

Amante de los autos desde la infancia Franulic, quien nos dejó a los 77 años, nació un ocho de septiembre de 1943, en La Paz. Su madre era María Koering y su padre, Juan Franulic, quien se dedicaba a la minería. Armin fue el cuarto de cinco hermanos: cuando él era pequeño, la familia vivía al final de la avenida Sánchez Lima, frente a la casa del piloto Óscar Crespo, el 'Caballero de las Rutas'. Armin cuenta, en entrevista con Rediez, que a sus escasos nueve años su padre le pedía que guardara el auto en el garaje con mucha frecuencia, curiosamente a él en vez de a sus hermanos mayores. Asimismo, el chofer de la familia, Manuel Vargas, llegaba todas las mañanas a la casa de los Franulic Koering en un gran camión y despertaba a Armin para que lo maneje antes de ir al colegio, el San Calixto.

Ya a los 12 años, Franulic llevaba a su padre hasta Huancapampa, en Palca, donde se ubicaba la central de operaciones de su rubro. Más adelante, Armin solía visitar el taller de su vecino con frecuencia, donde guardaba su auto de carreras, lo que hizo que su afición por el automovilismo creciera.

SUS COMIENZOS EN EL AUTOMOVILISMO

Luego de estudiar Ingeniería Petrolera en Estados Unidos y cruzar el continente americano en una camioneta, Franulic regresó a Bolivia. A los 24, el entonces

Mundial de Argentina (1993).

aficionado a los autos iba como espectador a todas las carreras de la época. Armin se casó con Mercedes Davalillo, con quien tuvo tres hijos varones: Mauricio, Pablo y Patricio, quienes heredaron la pasión de su padre por los deportes de carrera. Desde muy joven, Franulic estuvo ligado a los negocios; primero involucrado en la actividad minera, después dedicado a la exportación de café y más tarde a la comercialización de carburantes.

Franulic cuenta sobre su primera carrera, en la cual sufrió un vuelco, "Fue el año '76 cuando ya más o menos estaba consolidada mi persona, mi familia, mi trabajo. Yo tenía 33 años y un día le dije a mi señora: "Voy a correr este Gran Premio para sacarme el gustito". Me compré un auto modelo Torino de industria argentina para competir en la categoría Fuerza Libre". En entrevista con Refiez, el excorredor ha explicado que "El gustito duró más de treinta años".

UNA GRAN PASIÓN

Su primera victoria ocurrió el 77, en una competencia en la planicie de tierra de Karachipampa, en Potosí. Posteriormente, Franulic no paró más construyendo una historia marcada por el éxito y la popularidad. Ganó 8 títulos nacionales (1984, 1985, 1986, 1987, 1988, 1992, 1995 y 2007) y obtuvo 5 grandes premios (1989, 1992, 1998, 1999, 2007). Compitió en 183 carreras, de las cuales ganó 123 a lo largo de más de treinta años de actividad deportiva.

Si bien Franulic batió récords únicos e inmortales, también tuvo que sobrellevar momentos amargos: accidentes propios y ajenos; desafortunados episodios que afectaron a espectadores; y la pérdida irreversible de amigos cercanos que se esfumaron en las rutas del peligro. Grandes circuitos internacionales vieron a Armin acelerar a fondo y lucir la destreza de su muñeca al volante: "Caminos del Inca" (Perú, 1989), carrera "The Race to the Clouds"(Colorado, Estados Unidos, 1991), rallys mundiales en Argentina (1993 y 1994) y carreras por las rutas de Brasil, Chile y Uruguay.

1995 fue el año en el que 'el amo y señor de los caminos' se despidió oficialmente de los campeonatos, aunque su afición por la velocidad y la competición siguieron vigentes por varios años más, compartida con sus hijos. El 2006, Armin corrió por última vez en el Gran Premio. En 2013 sufrió un accidente cerebrovascular (ACV), a sus 70 años, que lo mantuvo a merced de un intenso trabajo de recuperación del movimiento y del habla, hasta que finalmente la terapia y su fuerza de voluntad lo sacaron adelante y lo pusieron al frente de la Asociación Municipal de Automovilismo de La Paz. Como presidente de la misma, Armin fue el principal impulsor para que la carrera Dakar pasara por nuestro país.

RECORDANDO VIEJOS AMIGOS

En su entrevista con Rediez, Franulic habló con emoción sobre las personas indispensables que lo ayudaron a alcanzar el éxito: "Absolutamente todo lo alcanzado lo debo al amor y apoyo de mi esposa Mercedes y de mis tres hijos (Mauricio, Pablo y Patricio); ellos crecieron y se convirtieron en mi soporte logístico; [también agradezco] a mi primer compañero de aventuras, Eduardo Berdegué; a mi navegante, Johnny Alcázar; a mi incondicional mecánico, Jaime Villa; a Humberto Rada; Jorge Zapata; Samuel Bustillos; Leslie Koerning; y tantos, tantos otros..." ■

ATT

Con Amaszonas paga tus boletos hasta en

24 CUOTAS MENSUALES SIN INTERÉS

CONDICIONES

- Cuota inicial 20%, el saldo te lo financiamos
- Hasta 24 meses plazo, 0% de interés
- A SOLA firma.

REQUISITOS

- Llenar el formulario de Solicitud.
- Fotocopia de Cedula de identidad.
- No presentar antecedentes de mora, ejecución o castigo en el Sistema Financiero Nacional.

Llena tu formulario de solicitud y presenta tus documentos en función a la actividad o fuente generadora de ingresos.

amas cuotas

Bioseguridad Viaja Seguro

901 10 5500
www.amaszonas.com

amaszonas
LÍNEA AÉREA

NACE LILIBET DIANA

LA SEGUNDA HIJA DE LOS DUQUES DE SUSSEX

Por Martina Prudencio Claros

El pasado viernes 4 de junio, Meghan Markle ha dado a luz en Santa Bárbara, California, a Lilibet Diana Mountbatten-Windsor, su segunda hija con el príncipe Harry y onceava nieta de la reina de Inglaterra. En un comunicado se anunció que tanto "Lili" como su madre se encuentran sanas y bien. La pareja afirmó que llamaron a su recién nacida Lilibet, gracias al apodo cariñoso familiar de la reina Isabel II, y Diana en honor a "Lady D", la difunta madre de Harry.

Los duques han recibido mensajes de alegría tras el nacimiento de su segundo bebé, por parte de la reina, el príncipe de Gales, la duquesa de Cornualles y los duques de Cambridge, quienes están "encantados" con la noticia. El primer ministro, Boris Johnson, también envió felicitaciones. Fuentes oficiales han revelado que Harry llamó a su abuela momentos antes del nacimiento de Lili, y habló con ella antes de revelar al público su nombre y la noticia de su nacimiento.

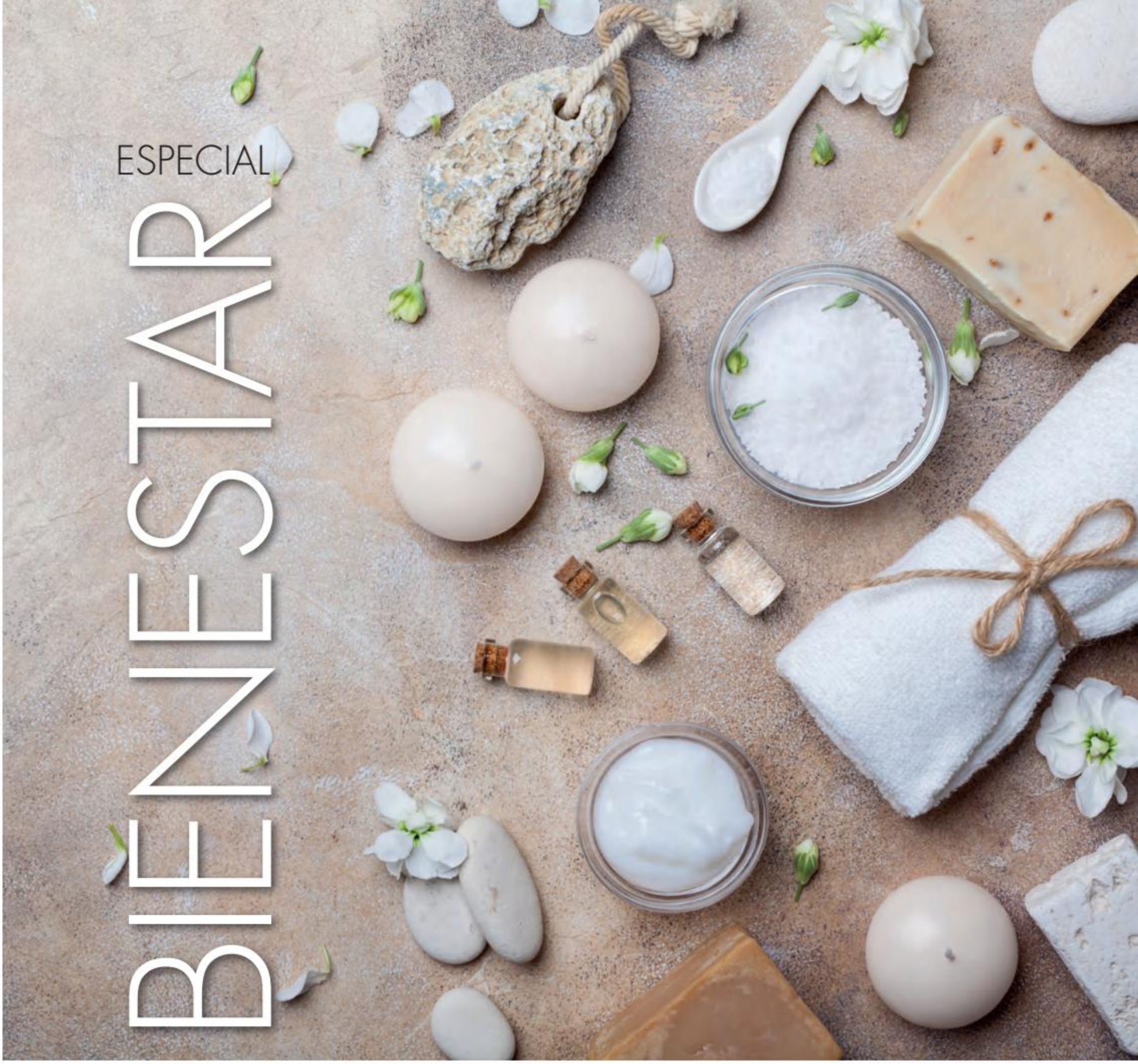
En un mensaje en el sitio web Archewell, Meghan y Harry hacen referencia a la hermanita de Archie como "más de lo que podrían haber imaginado". La pareja también reaccionó a todos los buenos deseos: "Seguimos agradecidos por el amor y las oraciones que hemos recibido de todo el mundo. Gracias por la continua amabilidad y apoyo durante este momento tan especial para nuestra familia". Asimismo, el comunicado pide que todos los que deseen enviarles regalos por el nacimiento de Lilibet consideren dar más apoyo y tomar más interés en organizaciones que ayudan a mujeres y niñas.

Luego de renunciar a sus roles como miembros de la realeza, los duques se han mudado a Estados Unidos; el príncipe Harry ha comunicado la importancia de priorizar a su familia y la salud mental de la misma. Lilibet Diana es la integrante de la familia real británica de mayor rango en la línea de sucesión actual nacida en un país extranjero, siendo elegible para convertirse en presidenta de los Estados Unidos. Al igual que su hermano de dos años, Archie, Lilibet no tuvo derecho a un título real cuando nació, según las reglas establecidas desde hace más de un siglo, y no podrá ser llamada princesa hasta que la reina Isabel II muera y el príncipe Carlos se convierta en rey de Inglaterra.

Lilibet nace luego de que su madre sufriera un aborto involuntario en noviembre del 2020, el cual compartió en una dura carta publicada en el New York Times, titulada: Las pérdidas que compartimos. En la carta, Meghan expresa el dolor insoportable de una madre que pierde a su hijo y los desafíos por los que Harry y ella tuvieron que pasar tras el triste suceso.■

ESPECIAL

BIENESTAR



El bienestar, aquello que engloba todos los elementos que ayudan a las personas a encontrar el equilibrio entre lo físico y lo espiritual hoy, en tiempos de la "nueva normalidad", toma más relevancia en nuestras vidas. COSAS comparte en este especial la experiencia de quienes trabajan para ofrecernos ese balance perfecto entre los nuevos conceptos de belleza, salud, fisioterapia, estética de la piel y el cabello, así como de meditación y coaching espiritual.

ELVA NAGASHIRO

LA TENDENCIA DE LA COSMÉTICA Y ESTÉTICA

Elva Nagashiro ha sido parte del equipo y consejo editorial de COSAS durante mucho tiempo, brindando su talento en el maquillaje y conocimiento sobre las últimas tendencias en la cosmética y estética. Hoy comparte en nuestras páginas sobre su experiencia, las nuevas técnicas y trabajos que está poniendo en práctica, además de su perspectiva sobre los conceptos y tendencias de cuidado personal.

Por Redacción COSAS.

Hablemos de Elva Nagashiro, de su trayectoria profesional.

Trabajé en el área de maquillaje profesional por más de 10 años. Me formé en Italia inicialmente y, de manera continua, tomé cursos de actualización dentro y fuera del país. El maquillaje es un trabajo que amo y será mi eterna pasión.

A partir de la motivación de las propias clientas —me decían y animaban a hacer algo más permanente—, es que decidí formarme como micropigmentadora. Realicé mis primeros cursos en Bolivia e inmediatamente, con ese conocimiento base, fui a Buenos Aires, donde aprendí microblading y técnicas en micropigmentación de cejas que fueron mis primeros trabajos en el ámbito del maquillaje semipermanente. Luego pude viajar a Orlando, Florida, al Instituto Nouveau Contour, donde aprendí más sobre técnicas en labios, ojos y nuevos dispositivos. Esta oportunidad me abrió la puerta para llegar a Holanda a la sede de Nouveau Contour y seguir con mi formación. Llevo ya más de cuatro años trabajando en esta área de la belleza, tanto en Santa Cruz como en La Paz.

Gracias a mi trabajo tengo la oportunidad de estar en capacitación constante; en este último tiempo viajé en tres oportunidades a Brasil para hacer cursos de actualización en las nuevas técnicas de micropigmentación en cejas, ojos y labios, y la novedosa 'piel de porcelana'. Me entrené, además, en la escuela Mag Color en Sao Paulo, en micropigmentación paramédica: trabajo en la reconstrucción de areolas mamarias posmastectomía y tratamiento de cicatrices. Estoy realmente apasionada por la práctica paramédica.

Mi última especialización fue específicamente en corrección de cejas. La mayoría de mis clientes busca mis servicios, principalmente, para corregir trabajos que no tuvieron buenos resultados. Desde enero de este año, estoy también dedicada a enseñar; la micropigmentación es una nueva profesión que te trae, además de buenas ganancias, satisfacción personal al ver cambios positivos, y ni qué decir del aporte al desarrollo de la autoestima.

Hablemos de las tendencias en estética en Bolivia, ¿cuáles de ellas está poniendo en práctica?

Definitivamente es el tiempo de los tratamientos no invasivos, de rápidos y efectivos resultados. Los especialistas en Armonización Orofacial y los médicos estéticos están haciendo un gran trabajo en el área del rostro de forma rápida, casi indolora y con hermosos resultados a través del uso de hilos tensores, ácido hialurónico, toxina botulínica, mesoterapia facial e inductores de colágeno, entre otros.

Desde su punto de vista, ¿cuáles son los nuevos conceptos de cuidado personal en la pospandemia?

Creo que después de la cuarentena la gente buscó opciones para mejorar su condición general, ya que el encierro —además del estrés y los cambios en la alimentación— hizo que las personas prefieran procedimientos rápidos y prácticos, es así que estos tratamientos son una tendencia muy fuerte en estos momentos.

¿Qué recomendaciones daría en cuanto a cuidados personales?

Si algo aprendimos en esta pandemia, definitivamente fue a alimentarnos mejor, suplementarnos a diario, hacer algún tipo de actividad física y, sin lugar a dudas, el estar expuestos largas horas a dispositivos como computadoras y celulares provocaron deterioro en nuestra piel. Hace poco nos enteramos de que, aparte de los rayos UV y UVA, existen los terribles rayos IR que son los principales causantes de manchas y degradación de la piel, razón por la cual el cuidado en la exposición a todo tipo de rayos y agresiones a través del uso de protector solar es de vital importancia. ■

SUNTAL

CENTRO DE MEDITACIÓN & *COACHING*

Sebastián Nogales, director de Suntal habla en entrevista con COSAS sobre su vasta trayectoria en campos relacionados con la meditación y el *coaching*, ayudando a la gente a explorar sus emociones y conexiones internas a través de diversos talleres y cursos. Aprende más sobre la propuesta de este centro de bienestar integral.

Hablemos de los cursos y programas que vienen haciendo. ¿Cuál es el beneficio de cada uno y a quiénes están dirigidos?

Actualmente, Suntal propone tres líneas de apoyo. La primera, "Nutrición y meditación: nuevas formas de alimentarse", que busca reconciliar tu cuerpo con tus emociones y pensamientos. Tendrás la posibilidad de empezar a identificar y cambiar hábitos de manera sostenible, mejorando tu calidad de vida. Está dirigido a personas que quieran mejorar sus hábitos alimenticios, aprender a meditar y trabajar sobre sus niveles de estrés y ansiedad relacionados a la comida.

La segunda, "Mindfulness y comunicación: fortaleciendo vínculos entre padres y adolescentes", entrega herramientas concretas que puedan ayudar a entender el mundo del adolescente y guiarlo de manera distinta. La diferencia es que se van abordando —de manera práctica y didáctica—, puntos esenciales que trabajan sobre la autoestima, confianza, comunicación, estrés y ansiedad propias de esa etapa, entre otros temas.

Y, como tercera línea de trabajo, el centro ofrece el curso: "Meditación: aprende e integra el hábito de la meditación". Se trata de un programa permanente que promueve la meditación como una manera de autoconocimiento y bienestar integral, dirigido a quienes quieran aprender a meditar y hacer de ello un hábito cotidiano.

¿Por qué elegir Suntal?

Suntal ha consolidado un equipo de facilitadores que tienen una amplia experiencia en el tema que abordan, generando un diálogo interdisciplinario desde la medicina (Dr. Christian Ortega), la psicología (Mónica Von Vacano, Claudia Córdova, Cecilia Gonzáles), el coaching (Sebastián Nogales) y la ciencia de la comunicación (Michelle Tedesqui), para ofrecer programas integrales.

¿Por qué es necesario tomar en cuenta estos programas en las circunstancias actuales (tiempos de pandemia)?

Los niveles de estrés, ansiedad y depresión en las personas son cada vez mayores. Si no se cuenta con un apoyo profesional, las consecuencias pueden ser muy complicadas a nivel individual, familiar y social. Muchos de los programas que ofrecemos son preventivos, promoviendo herramientas y disciplinas que pueden ayudar a atravesar estos momentos tan inciertos y difíciles. También ofrecemos apoyo individual, abordando casos más personales que surgen a raíz de las crisis que se generan debido al contexto actual. ■

Más información
Whatsapp: +591 62000509
Oficina: (2) 2917392
Web: Suntal.org
Fb: Suntal
Dirección: Av. Julio C. Patiño n.° 835, entre 14 y 15 de Calacoto. Ed. Eduardo Sáenz PB. OF4.

FISIOSALUD

María Eugenia Ríos, fundadora de Fisiosalud, conversa acerca de su trayectoria académica y profesional, la creación del centro de Fisioterapia y Kinesiología, y sus planes para el futuro. Acompáñanos en una entrevista exclusiva con la fisioterapeuta-kinesióloga con más de 20 años de experiencia, y aprende sobre los servicios de bienestar integral que ofrece Fisiosalud.

Hablemos de María Eugenia Ríos y su trayectoria académica y profesional

En el transcurso de mi vida fui aprendiendo de varias personas y situaciones, aquellas que te guían en el camino y en tu misión de vida. La influencia en optar por el servicio a los demás viene del colegio en el que estudié, San Ignacio; la inspiración y habilidad en el área de la salud viene de mi papi que fue un gran médico aquí en Bolivia y, además, reconocido internacionalmente; la fortaleza para el trabajo y liderazgo de mi mamá. También creo que, con el paso de los años, fui adquiriendo ese toque único y particular en mi profesión.

Soy fisioterapeuta-kinesióloga, egresada de la Universidad Mayor de San Andrés de La Paz, Bolivia, ya con varios años como profesional (casi 22). Realmente me siento muy feliz y bendecida porque me encanta ser fisioterapeuta y disfruto todos los días de mi trabajo.

También soy educadora perinatal y consultora en Lactancia certificada Lamaze Internacional. Esta área profesional me emociona mucho porque disfruto dando clases de preparación al parto, viendo cómo las mujeres y la pareja encuentran la confianza y fortaleza para vivir el embarazo, el parto y el posparto.

Otra de las áreas como profesional es mi especialidad en Pilates para la rehabilitación y el área fitness, certificada por Polestar Pilates International. El Pilates es una herramienta de movimiento muy poderosa, no solo para sanar el cuerpo, sino también para estar consciente de cómo se mueve el mismo. Te ayuda a mejorar tu calidad de vida a través del movimiento.

Realicé también otros cursos complementarios importantes, como una maestría en Reiki Usui, otorgada por Healing Vibrations —a través de la Universidad Loyola de La Paz, Bolivia—, y una en Terapia cráneo-sacral, certificada por el Instituto Upledger.

También tuve la oportunidad de dar docencia y cursos de Biomecánica y Pilates en diferentes universidades de La Paz.

Hablemos de Fisiosalud, ¿cómo se crea este centro y qué servicios ofrece?

El Centro de Fisioterapia y Kinesiología Fisiosalud, fue creado el 5 de noviembre de 2007. Nació como un pequeño emprendimiento: junto a mi esposo decidimos abrir un espacio donde los pacientes reciban una atención eficiente en fisioterapia, de alta calidad y especialmente con el objetivo de crear bienestar. Un lugar donde el paciente sienta que damos todo lo mejor que tenemos como profesionales y también como personas, procurando que nuestro nivel de responsabilidad y eficiencia cree confianza en el paciente. Nuestro centro se caracteriza por estar equipado con tecnología de punta; por una alta capacitación profesional, con licenciadas fisio-

terapeutas destacadas profesionalmente y de gran responsabilidad; y por una infraestructura cómoda y amplia. La calidad de servicio se ve reflejada en lugares limpios y cálidos, especialmente en estos momentos de pandemia donde nuestra prioridad es mantener los espacios completamente desinfectados, a la vez de implementar controles que permitan el ingreso solo de pacientes libres de COVID. Actualmente, es el centro de Fisioterapia referente de la ciudad de La Paz, siendo uno de los más grandes y mejor equipados. El año 2015 ganamos el Premio Empresarial a la "Calidad de Servicio", otorgado por el Gobierno Municipal de La Paz.

¿Qué diferencia a Fisiosalud? ¿Cuál es la filosofía de la empresa?

Nuestra filosofía es "Creamos Bienestar".

La misión principal de FISIOSALUD es brindar una atención personalizada, ayudando a las personas a mejorar su salud para que puedan vivir mejor, caracterizada por una atención de calidad, con profesionales certificados y amplia experiencia en cada especialidad. En los tratamientos, combinamos fisioterapia, pilates y terapias alternativas que ayudan a mejorar a nuestros pacientes.

La visión que tenemos como centro que brinda el servicio de Salud Integral, es la de proyectar una imagen positiva hacia los clientes, proveedores y público en general, mostrando un crecimiento sostenido en nuestras instalaciones, equipos y especialmente crecimiento profesional de nuestros recursos humanos. Esto le da una identidad y personalidad única a la empresa, es lo que la diferencia del resto.

El objetivo es formar un centro Integral de salud para brindar una atención personalizada, dedicando el tiempo suficiente y necesario para la valoración exhaustiva de todos los pacientes, asegurando una atención profesional y con equipos de última tecnología.

¿Cuáles son los proyectos a futuro para María Eugenia Ríos y Fisiosalud?

El reto al que nos enfrentamos todos en la actualidad, con la pandemia del COVID, es reinventarse, mejorar aún más el sistema en calidad de servicio. Fisiosalud contará con un software especializado, diseñado especialmente para nosotros con el objetivo de tener toda la información clínica en red, desde el ingreso y registro del paciente hasta el seguimiento de todos los tratamientos y evolución. Esta conexión en red dará acceso a información completa y al día acerca de la evolución del paciente, permitirá acceder a los estudios y diagnósticos de ellos.

Más información

WhatsApp: (+591) 720 04001
Teléfono: (2) 2711587
Facebook: Fisiosalud (@FisiosaludBolivia)
Dirección: Achumani Calle G n.°111 Sector San Ramón (Entrando por la 22 de Achumani). La Paz, Bolivia. ■

Gonzalo Bailey, el fundador del centro de Medicina Estética Novabelleza y uno de los pioneros de la Medicina Estética en el país – con más de 11 años de experiencia en el área y galardonado por su labor numerosas veces–, relata sobre su vasta trayectoria profesional en el campo, la calidad de servicio del centro líder en tecnología, y los planes expansivos del mismo.

NOVABELLEZA

UN REFERENTE DE MEDICINA ESTÉTICA EN BOLIVIA

Por Redacción COSAS/ Fotos Alejandra Reznicek.

Hablemos de Gonzalo Bailey y su trayectoria académica y profesional. ¿Cuál es su experiencia en cuanto a medicina estética?

Soy médico cirujano graduado de la UMSA, especializado en Medicina Estética en Buenos Aires Argentina, con maestrías en Medicina Estética mínimamente invasiva; *antiaging*; laserlipólisis y lipoescultura; y extracción de biopolímeros. También tengo diplomados en medicina basada en la evidencia y longevidad saludable.

Soy miembro de AICER (Asociación Internacional de Medicina Estética), de la South American of Cosmetic Surgery, de la Sociedad Colombiana de Cirugía Cosmética, de la Sociedad Italiana de Lipoescultura, de la International Academy of Cosmetic Surgery y de ASOBOME (Asociación Boliviana de Medicina Estética).

¿Qué rol tiene la tecnología y la innovación en el ejercicio de su profesión?

La tecnología es uno de nuestros principales aliados, desde el diagnóstico que realizamos con un escáner 3D y que nos permite tener un protocolo de tratamiento diferente para cada paciente, hasta nuestro equipo estrella. Contamos con el láser Fotona, el mejor que hay en el mundo por la seguridad y eficacia que ofrece en cada tratamiento que realizamos. Es muy importante contar con equipos originales y de excelente calidad, ya que muchas veces pacientes vienen con el antecedente de haberse realizado en otro lugar el mismo tratamiento, pero la diferencia en los resultados es abismal.

Cada año sale nueva tecnología en Medicina Estética y nosotros estamos en constante búsqueda de lo último en innovación para nuestros pacientes. Siempre nos percatamos de adquirir la mejor calidad y, una vez que la tenemos, realizamos diferentes pruebas antes de lanzar el tratamiento al público.

Hablemos de Novabelleza y Novaclinic. ¿Cómo se complementan y qué servicios ofrecen?

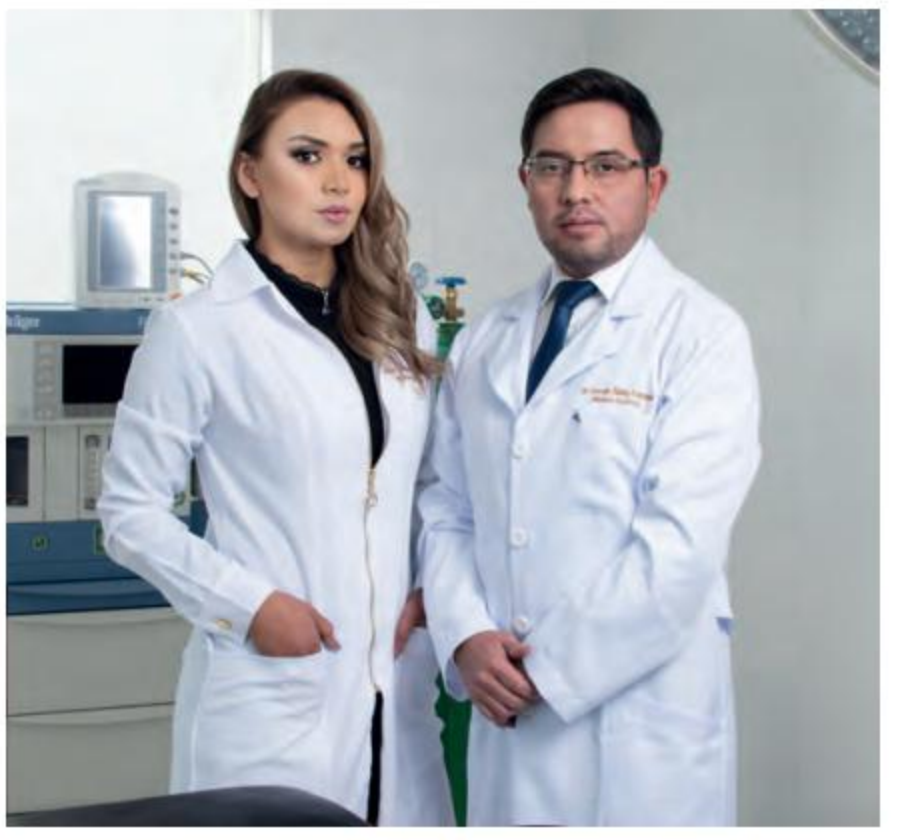
Novabelleza es mi segundo hogar, aunque por el tiempo que paso en el consultorio parece que fuera el primero. Novabelleza es un centro de Medicina Estética que complementa lo selecto en tecnología con las mejores y más modernas técnicas en estética. Nuestros insumos son todos cosmecéuticos, esto es, que aportan beneficios terapéuticos, con formulación modificada para nuestra piel y clima. Trabajamos con los mejores productos a nivel mundial para lograr que los procedimientos resulten mínimamente invasivos. Ofrecemos todo tipo de tratamientos médico-estéticos en diversas áreas: manchas, acné, estrías, flacidez, rejuvenecimiento, arrugas, surcos, arañas vasculares, adiposidad localizada, tratamientos capilares, tonificación de abdomen y glúteos, celulitis, extracción de biopolímeros, perfilado de rostro y muchos más, además de todas las cirugías plásticas junto a nuestro equipo de cirugía plástica y reconstructiva.

Novaclinic es nuestro último proyecto que está a semanas de nacer. Es un centro médico quirúrgico donde contaremos con todas las especialidades: traumatología, urología, cirugía pediátrica, cirugía general, otorrinolaringología, ginecología, terapia del dolor, fisioterapia y más. Estamos trabajando con los mejores especialistas y con la mejor tecnología para poder ofrecer a nuestra población —dentro de poco—, la solución a aquellas de sus patologías que deben ser resueltas de manera quirúrgica, con el plus de que gracias a la tecnología y experiencia de nuestros profesionales tendrán un posoperatorio más rápido y en muchos casos de manera ambulatoria, pero sobre todo pensando en el bolsillo de nuestra población en estos difíciles momentos.

¿Cuáles son los proyectos a futuro para Gonzalo Bailey?

Convertir a Novabelleza y Novaclinic en centros de referencia a nivel nacional e internacional. Seguir capacitándome y actualizándome en todo lo relacionado a Medicina Estética y estar a la vanguardia en tecnología para ofrecer a mis pacientes lo mismo que ofrecen en centros de Estados Unidos o Europa. Poder abrir sucursales en diferentes ciudades de Bolivia, ya que tengo bastantes pacientes que vienen a La Paz o me piden que vaya a sus departamentos para poder ser atendidos.

Próximamente, a la cabeza de mi esposa, la Dra. Fernanda Matos experta en longevidad saludable, daremos a conocer esta nueva rama de la medicina que tiene como objetivo la prevención en el cuidado de la salud, para poder tener una vejez plena y saludable. Además, con la longevidad saludable podemos lograr un verdadero rejuvenecimiento tanto estético como funcional, esto con la ayuda de cambios en la alimentación, suplementación natural, medicina ortomolecular, restablecimiento del equilibrio hormonal y muchas otras técnicas innovadoras para nuestro país. Además, muy pronto lanzaremos tratamientos con ozonoterapia, tanto para la parte de medicina estética como para fisioterapia y terapia del dolor. ■



VELLÍSIMO CENTER

La franquicia española Vellísimo llegó a Bolivia hace diez años de la mano de tres emprendedoras que apostaron a la estética innovando en el medio con el uso de tecnología de última generación. Gracias al sistema *subcold* las personas hoy pueden deshacerse, a través de la depilación definitiva, de aquellos vellos no deseados de manera práctica, indolora y con excelentes resultados.

Vellísimo Center nace en La Paz Bolivia hace diez años como una franquicia española y de la mano de tres emprendedoras, para dar respuesta a la preocupación que en toda persona generan los vellos no deseados. Evitar la rasuradora, la cera y otros tratamientos dolorosos motiva a cada vez más personas a acercarse a Vellísimo, un centro especializado que les ofrece solución a este y otros problemas, con el respaldo de un equipo profesional capacitado.

Los servicios que ofrece Vellísimo son los siguientes:

DEPILACIÓN DEFINITIVA

Vellísimo Center te ofrece el sistema más innovador para la eliminación del vello: la fotodepilación avanzada, con la que aseguramos excelentes resultados, de una forma cómoda, rápida e indolora, gracias a *subcold*.

On Flash es un sistema dirigido especialmente a tratar pieles oscuras y/o vello claro. Además de eliminar ese vello, que otras tecnologías no pueden, mejora el aspecto de la piel ya que estimula el colágeno y la dermis, reafirmando y mejorando su aspecto.

FOTORREJUVENECIMIENTO

Un efecto lifting desde las primeras sesiones, gracias al sistema de luz pulsada que estimula la elastina de tu propia piel.

TRATAMIENTO ANTIACNÉ

Presume de una piel limpia de espinillas gracias a nuestro tratamiento antiacné, el cual, por medio de la luz pulsada y cosméticos específicos, te ayudará a controlar tu problema, pues acaba con la bacteria que produce el acné. El cliente comprobará que, tras escasas sesiones, su piel irradiará una belleza pura.

DIFUMINACIÓN DE MANCHAS

¿Pigmentación por la edad, por el sol o por un embarazo?

El tratamiento de Vellísimo Center permite unificar el tono de la piel pudiendo apreciar la degradación de color de la mancha en cada sesión.

TONIFICANTE (RADIOFRECUENCIA)

Favorece la formación de colágeno para rejuvenecer el aspecto de la piel. Ideal para eliminar flacidez, celulitis, modelar figura, además de definir el contorno del rostro, disminuir arrugas y líneas de expresión.

BRONCEADO MEDITERRÁNEO

Consigue en minutos el tono de piel que deseas.

MASAJES

Masaje reductor
Masaje completo
Masaje Hindú
Masaje descontracturante
Masaje podal
Masaje circulatorio
Masaje de relajación
Masaje con piedras calientes
Masaje sueños Vellísimo

CUIDADO FACIAL Y CORPORAL

Renueva y oxigena tu piel, dale un soplo de aire fresco con una cuidadosa exfoliación y déjate relajar con un masaje posterior.

DEPILACIÓN CON CERA

Para aquellas zonas del cuerpo donde no es posible aplicar el tratamiento de fotodepilación.

CUIDADO DE MANOS Y PIES

Realizamos *manicure* y *pedicure*, con los mejores esmaltes: trabajamos con la línea OPI y también con esmaltes de gel con una duración de hasta 20 días.

DEPURA SPA

Un tratamiento de desintoxicación, eliminando las toxinas acumuladas en el cuerpo gracias a un equipo de última generación.

PROMOCIONES:

El mes de Julio, el mes de nuestra querida ciudad de La Paz, contaremos con nuestra promoción del 25% en todos los fototratamientos.

Avenida Montenegro n.° 1042, Edif. Arsal, PB, local 1, San Miguel, La Paz, Bolivia. Teléfonos: 2773601 y 70580097. ■

FERNANDO QUIÑOVEL

"PRECISAMOS SALIR DE ESTE CONFINAMIENTO SIENDO CREATIVOS, INTELIGENTES Y AUDACES"

Creatividad y compromiso es lo que define a Fernando Quiñovel, uno de los más destacados estilistas en Bolivia. En tiempos de pandemia, la resiliencia y la innovación le permiten hablar de tendencias y estilos, de cómo se adapta a los nuevos tiempos y a las exigencias de sus clientes a quienes modela sus estilos respetando su personalidad.

Antes, permítanme por favor agradecer a Dios, a mi familia, a mis amigos y clientes por estar aquí. El contexto en que vivimos nos alejó de seres queridos, todos perdimos algo, pero con resiliencia y empatía podemos sanar; así como con fuerza de voluntad, paciencia y compromiso. Es en esta última palabra que nos basamos para dar un servicio esmerado, aprendiendo y mejorando cada día para ser vanguardistas, intentando salir de las costumbres para entrar al espíritu nuevo contemporáneo, tratando siempre de ser cuidadosos en crear moda con cada una de las personas, respetando su personalidad, con el fin de potenciar la estructura de la belleza de cada uno.

PROFESIONAL RECONOCIDO

La prioridad es mejorar cada día para que el trabajo sea extraordinario, ofreciendo nuevas técnicas y productos que aseguren un mejor cuidado del cabello. Creemos en la importancia de saber utilizar la intuición y el conocimiento, aprendiendo de grandes profesionales en distintas academias; en la satisfacción de competir sanamente y mostrar que en Bolivia también existen opciones respetables. Nuestro compromiso es el de leer y comprender la información de nuestros clientes para que ellos estén bien, se sientan bien y, sobre todo, se vean bien.

TENDENCIAS MUNDIALES

Hay prioridades insoslayables como la salud en el mundo de la moda y propiamente de la peluquería; estamos en un proceso complejo reponiendo y rearticulando lo que serán, en un futuro, las nuevas tendencias y productos.

Nuestro estilo es de profundización y mejoramiento, tenemos las bases, somos irreverentes con lo monótono; se trata, precisamos, de salir de este confinamiento siendo creativos, inteligentes y audaces. Este es el pensamiento de la peluquería.

NOVEDADES

Refiriéndonos al color del cabello, en su aspecto técnico, tenemos diversidad de opciones para añadir, quitar o cambiar el tono, intensidad y reflejo, haciéndolo saludable para bienestar de la cliente. Por ejemplo, en la cobertura de cabello blanco y sus múltiples matices, obviamente reconocemos que el proceso químico de la coloración y decoloración es complejo en su aplicación, porque la composición del organismo es distinto en su fisiología y psicología. Sin embargo, es este mundo de color el que permite la creación artística basada en el uso adecuado de productos químicos garantizados que permiten el menor daño posible en la estructura del cabello.

Respecto al corte, tenemos infinidad de alternativas que no solo acompañan sino resaltan la belleza de la persona. En relación al peinado, realizamos creaciones que sorprenden, aplicando aquellos tips imprescindibles y formas expresivas que aseguran el éxito del resultado. ■

EL CURLY GIRL METHOD

LA NUEVA GENERACIÓN DEL CUIDADO DE RIZOS

Hay miles de maneras de cuidar los pelos ondulados, encrespados, rizados y demás. El Curly Girl Method (CGM) es la última tendencia para tener un pelo sano y hermoso, enfocado en la eliminación de químicos agresivos que pueden encontrarse en muchos productos de cuidado capilar.

Por Martina Prudencio Claros.

¿Qué es el Curly Girl Method?

Creado por la estilista estadounidense Lorraine Massey, el CGM es una fórmula de varios pasos para cuidar tus rizos de manera natural, manteniéndolos hidratados y definidos. Según el método, la mayoría de los productos que generalmente se utiliza para el cuidado de los rulos son dañinos y demasiado agresivos para los mismos, por tanto se debe evitar su uso: productos con sulfatos (despojan al cuero cabelludo de sus aceites naturales, dejando el pelo extremadamente seco), alcoholes de cadena corta (absorben la humedad del pelo), siliconas insolubles en agua (crean un residuo que no sale al enjuagar), entre otros.

CONSEJOS PARA PRINCIPIANTES

- Antes de empezar, lava tu pelo una última vez con un champú que contenga sulfatos (pero sin siliconas), necesarios para lavar la silicona acumulada en tu cuero cabelludo.
- Comienza utilizando un champú "low poo" (sin agentes químicos) y un acondicionador menos agresivo.
- Reemplaza tu cepillo con un peine de ala ancha.
- Puedes estilizar con geles o espumas aptos para el CGM, acompañados de un atomizador lleno de agua para mantener los rizos hidratados. Evita el uso de calor excesivo.
- Trata de dormir con un gorro o almohada de seda para proteger tus rulos. Asimismo, envuelve tu pelo únicamente en toallas de microfibra o poleras de algodón, para que no se genere mucho frizz.
- Evita lavarte el cabello todos los días.
- Sé paciente. No empezarás a ver cambios hasta unas semanas después.
- ¡La flexibilidad es clave! Puede que los productos que funcionan en una persona, no funcionen para tus propios rizos. Cada quien tiene una manera diferente de hacer el método.

LA COMUNIDAD DEL CURLY GIRL METHOD

Mucha gente, especialmente mujeres, se ha mostrado maravillada con el método Curly, mostrando sus experiencias y compartiendo *tips* a través de las redes sociales. Así surgió la comunidad *online* del método. En Bolivia, existen blogs que se han convertido en grandes influencias para las y los rizados de nuestro país, haciendo más fácil adentrarse al mundo del Curly Girl Method.

La bloguera conocida como @curlacamba en Instagram, ha creado una plataforma para compartir los pasos a seguir del método y los productos ideales que puedes conseguir en Bolivia. Además, su página se ha vuelto una comunidad de ayuda en respuesta a todas las dudas que puedan surgir en el proceso.

La página de Facebook Chica Rizada Bolivia (@chica_rizada_bo en Instagram) comparte información útil para el cuidado de los rizos, y vende productos aptos para el CGM (envíos a todo el país), desde champús y acondicionadores, que también son veganos y *cruelty free*, hasta gorros de seda y peines de ala ancha.

El Curly Girl Method está revolucionando el cuidado de los rizos en todo lado. A pesar de ser complejo, gente a nivel mundial celebra al ver resultados positivos en su cabello. ¿Te animas a probarlo? ■

NACIONAL SEGUROS

GRUPO NACIONAL VIDA Y UNICEF SE UNEN PARA PROTEGER A NIÑOS Y NIÑAS DEL PAÍS

Continuando con sus acciones de Responsabilidad Social Empresarial, el Grupo Empresarial de Inversiones Nacional Vida firmó una importante alianza con UNICEF (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia) en Bolivia, con el fin de recaudar fondos para respaldar los programas que esta organización ejecuta en favor de los niños y niñas del país.

El convenio fue suscrito por Don Rafael Alberto Ramírez Mesec, Representante de UNICEF en Bolivia y Nadia Eid, Gerente Corporativo de Comunicación y RSE de Nacional Seguros. El mismo tiene por objetivo que todos los fondos de las donaciones sean destinados a financiar los programas de UNICEF en Bolivia, dedicados a la Educación, la Protección, las Políticas Sociales y, sobre todo, el Desarrollo integral de la Primera Infancia

"Para el Grupo Empresarial de Inversiones Nacional Vida es un motivo de satisfacción suscribir esta alianza con una organización global tan importante como UNICEF, que realiza una invaluable labor en favor de la infancia en todo el mundo. Mediante este importante acuerdo contribuiremos a la recaudación de fondos para los programas de UNICEF en favor de todos los niños y niñas desprotegidos en Bolivia", expresó Nadia Eid, Gerente Corporativo de Comunicación y RSE de Nacional Seguros.

"Continuaremos desarrollando acciones con una marca humanizada, a través de diferentes proyectos de RSE, precisamente enfocados de manera prioritaria en salud y educación, con la seguridad de que hoy más que nunca debemos generar bienestar para la comunidad, en consonancia con nuestros valores de respeto, honestidad, transparencia, responsabilidad, compromiso, confianza y solidaridad", finalizó la ejecutiva. ■

VIDA SOCIAL

EL MUNDO SOCIAL ESTÁ EN COSAS

Alfredo Auza, Gastón Jáuregui y Gustavo Dupleich.

Óscar Terrazas, Antonio terrazas y Geovana García.

Gastón Jáuregui.

La Paz

NUEVO TALLER DE AUTOSTAR

Con el principal objetivo de dar atención especializada y personalizada a sus clientes, la empresa AutoStar inauguró un taller de servicio técnico en la zona de Cota Cota en la ciudad de La Paz, en el que se prevé la atención diaria de una veintena de vehículos. Los clientes podrán reservar cita a través de una aplicación y acceder a importantes descuentos en repuestos y accesorios genuinos.

Orlando Cabezas y Carla Tejerina.

Santa Cruz

"SENTIMIENTOS" DE DANIELA DOMINGUEZ MARTILOTTI

A través de la Fundación Roca Gravato, Daniela Domínguez Martilotti presentó la muestra denominada "Sentimientos", aquella que recopila decenas de obras inspiradas a través de rostros e historias de vida. En la ocasión Daniela, acompañada por su familia y amigos cercanos, brindó por su primera exposición en la ciudad de Santa Cruz y agradeció el apoyo de todos los que hicieron posible el importante logro.

77

Vania Rodríguez, diseñadora boliviana y ganadora de la reconocida beca Chevening, habla con COSAS sobre su trayectoria en el mundo del diseño, su propia marca de ropa, La Espina, y sus planes a futuro.

Por Redacción COSAS/ Fotos Valentina Luizaga/
Maquillaje Helena Bravo.

emos seguido los pasos de Vania Rodríguez desde que inició su participación en el Bolivia Moda, evento en el que año tras año deslumbró con su talento, conceptos y creatividad en cada una de sus colecciones, llegando a ser galardonada como Diseñadora del Año COSAS. Hoy comparte en nuestras páginas un logro más de su importante carrera y sus planes para La Espina.

Hablemos de Vania Rodríguez, tu trayectoria académica y profesional

Me defino como una mujer creativa y emprendedora, a la que le gusta expandir su conocimiento constantemente. Después de finalizar la licenciatura en Diseño de Indumentaria y Textil, en la Universidad Argentina de la Empresa de Buenos Aires, fundé La Espina el año 2014. En estos siete años, La Espina ha presentado más de 15 colecciones en pasarelas nacionales e internacionales como el Vancouver Fashion Week; además, he tenido la oportunidad de tener reseñas en Vogue Italia, Vogue Latinoamérica, Elle México, y L'Officiel Argentina. He podido brindar trabajos directos e indirectos a valiosos talentos de nuestro país, desde quienes confeccionan las prendas, hasta quienes desfilan las mismas en pasarelas, y me siento orgullosa de contribuir a que la industria de la moda en Bolivia siga creciendo. Mis ansias de buscar nuevos retos y de innovar en el proceso de diseño me llevaron a buscar una maestría en una de las mejores universidades de diseño en el mundo (London College of Fashion) en Inglaterra, donde me gradué con honores del MSc Applied Psychology in Fashion.

¿Cuándo y por qué decides dedicarte al diseño?

Cuando era muy pequeña comencé a entusiasmarme por el diseño de indumentaria. Yo siempre digo que la ropa es la piel que elegimos, y siento que —como creativos de la moda— hay mucho poder en nuestras manos a la hora de plasmar aquello que otras personas van a usar en un contacto tan íntimo, a nivel emocional y físico. Hoy por hoy, asumo una responsabilidad a la hora de que mis colecciones provoquen bienestar a quienes las usen, y eso a mi entender se logra a partir de crearlas desde un lugar genuino: tratar a tus empleados justamente y visibilizar su trabajo, ser responsable y ético en cuanto a volúmenes de producción y materiales y, por último, comunicar tu mensaje coherentemente.

LA ESPINA

EL PRESENTE Y FUTURO DE LA MODA
POR VANIA RODRÍGUEZ

Hablemos de La Espina, de cómo nace la marca y la esencia que caracteriza a la misma

El nombre 'La Espina' nace haciendo alusión a que demos lugar y abracemos aquello que no solemos tomar como bello. La Espina tiene como base la moda ética y transparente; cree en las producciones pequeñas, las piezas únicas, y el concepto detrás de lo estético.

En los primeros años buscaba inspiración en partes de la cultura boliviana que no habían sido exploradas e intentaba trabajar con conceptos abstractos. Poco a poco, La Espina ha evolucionado hacia una exploración del aspecto emocional que nos une con las prendas que usamos; ahora se propone reeducar a la gente en cuanto a generar un vínculo con nuestras prendas, porque creo firmemente que una prenda apreciada es cuidada y conservada por más tiempo. Estudios e investigaciones en el rubro han demostrado que, para combatir el sobreconsumo de moda rápida, y todos los perjuicios ambientales que esta conlleva, uno de los aspectos fundamentales es que compremos mejor y mantengamos el uso por más tiempo, esa es la esencia de La Espina actualmente.

Recientemente te has convertido en una de las ganadoras de la beca Chevening, cuéntanos sobre la misma y la experiencia que viviste en Inglaterra

Tener la oportunidad de estudiar en una universidad ideal para quien sea un profesional de moda, y que la maestría me haya propuesto observar la moda desde la investigación académica fue quizás uno de los retos más grandes y satisfactorios de mi vida hasta este momento.

Además, poder hacerlo con la contribución de Chevening, que es una beca verdaderamente completa, hizo que pueda vivir la experiencia desde otra perspectiva. Gracias a esta combinación de factores pude tomar un momento para recordar mis capacidades, y permitirme estar orgullosa de mí misma. Creo que es importante tener esos espacios en la vida, ya que te ayudan a evaluar y agradecer cada paso que diste para llegar donde estás, como también impulsarte a llegar lejos.

La maestría en Psicología Aplicada a la Moda me ha abierto los ojos a innovar en la manera en que consumimos moda. Y especialmente me ha ayudado a descubrir que no usamos nuestra ropa únicamente por factores sociales o preferencias estéticas, sino que hay una comunicación entre lo que elegimos usar y nuestro estado de ánimo, que es lo que nos impulsa a usar ropa incluso cuando estamos completamente solos.

¿Cuáles son tus planes a futuro y qué podemos esperar de La Espina?

Quiero continuar con la reeducación al público sobre el consumo de moda a través de mis colecciones. Sin embargo, siento que esta meta la puedo cumplir también de otros modos, uno de ellos es abriendo una nueva empresa que tome como premisa el mostrar una forma distinta de consumir moda. Este es un proyecto que se está gestando todavía.■

SERGIO ARENAS

LA GASTRONOMÍA Y LA ECONOMÍA NARANJA

Sergio Arenas, presidente y CEO de Factory Grill&Bar, comparte con COSAS su mirada sobre la economía naranja, cómo esta ha sido afectada por la pandemia —en especial el rubro gastronómico— y qué acciones se deberían tomar, desde los altos cargos públicos, para dar una mano a los sectores que actualmente son claves para nuestro desarrollo. Asegura que es prioritario acelerar el proceso de vacunación e incluir en este proceso al sector privado, para que invierta sus recursos en la importación y comercialización de las mismas.

¿Cuál es la situación del sector gastronómico o de la economía naranja en Bolivia?

La economía naranja, que abarca sectores como el turismo, gastronomía, hotelería, cultura y ramas afines, es la más golpeada por la pandemia; cuarentenas rígidas y dinámicas, polarización política y, ahora, una crisis económica sin precedentes en Bolivia. Son cerca de 16 meses en los que hemos enfrentado una caída de ingresos muy fuerte, con el agravante de que es un sector que genera liquidez diariamente y cualquier interrupción del mismo desfasa toda planificación e interrumpe flujos.

El Estado te ordena cerrar y corta tus ingresos por largos periodos de tiempo, pero no hace nada con relación a costos fijos. Más adelante, ese mismo Estado te permite abrir gradualmente y —al mismo tiempo— te cobra todos los costos fijos acumulados durante el periodo que te ordenó cerrar. De la misma forma, se deben reprogramar las deudas acumuladas con AFP, CNS, subsidios y planes de pago con impuestos nacionales. Las empresas quedan completamente debilitadas ante la imposibilidad de generar un flujo necesario para operar y pagar lo acumulado en pandemia. Además, ese mismo Estado no hace ninguna inyección de recursos al sector, no genera fuentes de alivio y deja que el sector llegue a detener la cadena de pagos.

¿Cuál es la propuesta de salida a la crisis que propone el sector gastronómico?

Esta es una guerra que se debe librar en dos frentes y con la misma intensidad: el de salud y el económico. El sector gastronómico es parte fundamental de la cadena productiva nacional al ser su eslabón de comercialización masiva. La paralización de sus operaciones afecta negativamente también al sector productivo en su conjunto, deteniendo la cadena de pagos y generando más crisis y desempleo.

Proponemos extender al máximo los horarios de atención de servicios en general: está demostrado que cuantas más horas al día estén abiertos los servicios, habrá menos concentración de gente y, por ende, menos posibilidad de contagio. Paralelamente, se deben establecer las más estrictas medidas de bioseguridad en todos estos sectores, a la vez de reducir el aforo en lugares públicos y transporte.

Los municipios deben proveer infraestructura pública de higiene básica de forma gratuita y masiva, prohibiendo, al mismo tiempo, fiestas y espectáculos públicos y privados masivos. Finalmente, planteamos establecer, en el corto plazo, un carnet de vacunación para todo trámite y para acceder a locales públicos.

En lo económico, necesitamos que el Estado genere políticas de inyección de recursos frescos a las pequeñas y medianas empresas. Urge la generación de un fondo de garantías, que permita a las pymes acceder a recursos frescos, baratos y a largo plazo para refinanciar toda la pérdida acumulada desde el inicio de la pandemia. De la misma forma, se deben reprogramar las deudas acumuladas y los planes de pago con Impuestos Nacionales.

Asimismo, es urgente luchar frontalmente contra el contrabando, que afecta a productores nacionales de carnes, vinos leche, aceite entre otros y que ha llenado el mercado de productos de consumo masivo, que son introducidos al país sin observar ni respetar cadenas de frío o manipulación, poniendo en alto riesgo la salud de los consumidores. Este hecho delictivo ha afectado seriamente a nuestros productores y proveedores.

¿Cuál es el valor de las economías naranja en estos tiempos?

La economía naranja se ha convertido en el corazón de las economías emergentes y desarrolladas. Es ese conjunto de emprendedores que, en base a su creatividad y trabajo, generan bienes y servicios en distintas áreas de la economía y brindan cientos de miles de empleos directos e indirectos. ■

LA UNIVERSIDAD CATÓLICA BOLIVIANA Y LA UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS FIRMAN CONVENIO MARCO PARA FORTALECER VÍNCULOS ACADÉMICOS E INSTITUCIONALES

En el marco de un encuentro entre ambas universidades, tuvo lugar la firma de un Convenio Marco presididas por sus máximas autoridades académicas. Por parte de la U.C.B. el Rector Nacional Padre José Fuentes Cano, y por parte de la UMSA el Rector Mg. Oscar Heredia Vargas.

Ambas instituciones consideran que el fortalecimiento de vínculos académicos e institucionales permitirán implementar tareas mancomunadas para generar una red académica nacional que permitirá crear un sistema de trafico de internet exclusivo para temas académicos.

En su saludo inicial el Padre José Fuentes Cano, Rector Nacional de la UCB refirió que: "Lograr construir una mirada interinstitucional en el ámbito académico, seguramente permitirá enriquecernos mutuamente como instituciones dedicadas a la formación de miles de jóvenes de nuestro país".

A su turno el Mg. Oscar Heredia Vargas, Rector de la UMSA expresó: "Nuestras instituciones están vinculadas por un sentido común como ser la difusión y expansión del conocimiento de modo riguroso y crítico pero también nos vinculan nuestros principios humanistas".■

EL CONVENIO MARCO FIRMADO LOGRARÁ LA COLABORACIÓN ENTRÉ AMBAS INSTITUCIONES EN LOS SIGUIENTES ASPECTOS:

1. *Apoyo recíproco a las iniciativas de estudios y/o proyectos de desarrollo que beneficien a las comunidades académicas y educativas de ambas instituciones;*
2. *Desarrollo de proyectos conjuntos de investigación referidos a áreas temáticas de interés para ambas instituciones;*
3. *Promoción de eventos científicos y culturales;*
4. *Intercambio de información y publicaciones académicas;*
5. *Organización de seminarios, talleres y cursos cortos sobre temas de interés común;*
6. *Desarrollo de actividades conjuntas de investigación, doble titulación y otros, entre las Sedes Universitarias de la UMSA y los Programas Obras de la Iglesia de la UCB;*
7. *Articulación y desarrollo de proyectos y trabajos conjuntos de extensión e interacción social;*
8. *Cuantas otras actividades sean consideradas de interés común a ambas partes.*

LAURENT BERTAUX

75 AÑOS DE SOLIDARIDAD Y APUESTA POR BOLIVIA

Por Carla Tejerina/ Fotos Alejandra Reznicek.

El vicepresidente ejecutivo de La Boliviana Ciacruz Seguros (LBC), en entrevista con COSAS, habla sobre los 75 años de historia de una de las empresas líderes en seguros en Bolivia. Hace un recuento de los emprendimientos icónicos, del compromiso con la sociedad a través de programas de Responsabilidad Social Empresarial y del valor de la aplicación de procesos innovadores en tecnología, tanto en el área de servicios y sistemas como en las formas de trabajo.

Comunicador y periodista, formado en Francia y con un MBA en la Universidad Emory (Goizueta) en Atlanta, Estados Unidos, Laurent Bertaux llega a Bolivia el año 1993, época en que inicia su trayectoria profesional en el campo de los seguros. Recuerda sus primeros pasos junto a Gonzalo Bedoya Herrera quien, en ese entonces, depositó toda su confianza en él. Luego de dos años de acompañar el crecimiento de la compañía, Laurent se aventura al mundo con importantes cargos en distintos países para regresar en 2011 y ser invitado nuevamente a formar parte del equipo, esta vez con el desafío de la recompra de las acciones que se vendieron al grupo Zurich. En junio de 2016, luego del fallecimiento de Gonzalo Bedoya, la familia de este reconocido empresario invita a Laurent a ocupar la vicepresidencia de LBC.

Hoy, la experiencia profesional de Laurent Bertaux le permite hacer una retrospectiva de la trayectoria de La Boliviana Ciacruz Seguros desde sus inicios, y analizar su adaptación a aquellos tiempos en los que en Bolivia la turbulencia de los golpes de Estado, las hiperinflaciones, las crisis económicas y sociales determinaban la salud de las empresas.

En ese sentido, relata cómo LBC superó muchas adversidades, asumió las crisis como oportunidades y fue forjadora de talentos. Muchos de los colaboradores de antaño emprendieron sus propios proyectos, permitiendo expandir el mercado de las compañías de seguros. Actualmente, LBC cuenta con más de 400 colaboradores, 200 agentes, 1.3 millones de clientes; en suma, más del 10 por ciento de la población está asegurada con esta compañía, "no podemos existir el uno sin el otro –hablando de clientes y compañía– y si hemos logrado mantenernos por más de siete décadas y media, algo bueno debimos hacer" comenta nuestro entrevistado.

75 AÑOS EN BOLIVIA

"Lo bueno de celebrar el aniversario de una empresa, a diferencia del cumpleaños de una persona, es que en vez de ser un solo día, son 365 días de celebración", explica Laurent en referencia a la agenda que se manejará en conmemoración a los 75 años de vida de LBC.

Además de las diversas acciones que se han llevado a cabo con los colaboradores de la compañía; se han realizado proyectos dirigidos a distintos públicos, como un webinar sobre seguridad cibernética dictado por uno de los más grandes expertos en la materia como ser el ex CEO del Citibank, quien compartió importantes herramientas de protección, a nivel institucional o personal, frente a ciberataques, que cada vez son más frecuentes, también en nuestro medio.

RESPONSABILIDAD SOCIAL EMPRESARIAL

Uno de las tareas más importantes de LBC es el programa de Responsabilidad Social Empresarial. A lo largo del tiempo se llevaron a cabo iniciativas con el Team LBC, que apoya a deportistas de élite y que el año pasado incorporó a cuatro atletas de Olimpiadas Especiales Bolivia en disciplinas como tenis, natación y gimnasia.

"Uno de los principales ejes de LBC es el compromiso con los deportistas bolivianos, con el apoyo al talento y con brindarles la posibilidad de que puedan competir a nivel internacional", explica el vicepresidente de la entidad, quien hace énfasis en las oportunidades que se dieron a muchos jóvenes quienes llevaron el nombre de Bolivia en alto.

Un ejemplo de ello son los hermanos Keller y Conrrado Moscoso, quienes ganaron varias medallas en torneos internacionales. Ellos iniciaron con el apoyo de LBC y ahora su fama trasciende fronteras y son motivo de orgullo para los bolivianos.

"CAMBIANDO HISTORIAS"

Se dice que una acción puede cambiar toda una historia, inspirados en este principio es que LBC apoyará a siete atletas bolivianos de Olimpiadas Especiales en todo el país, realizando una intervención para que los mismos puedan cambiar sus vidas, según el caso, con tratamientos, capacitación, entrega de insumos, entre otros.

"No encontramos palabras para describir todos los sentimientos que nos invaden al conocer estas historias. Cada una de ellas nos impulsa a seguir trabajando, como una empresa socialmente responsable, en reducir las desigualdades en favor de las personas menos favorecidas de nuestro país. Mejorar la calidad de vida es, sin duda, uno de los mayores retos en toda nuestra trayectoria de 75 años de trabajo y lo llevamos adelante con el gran compromiso de colaboración que tenemos", comenta Laurent Bertaux.

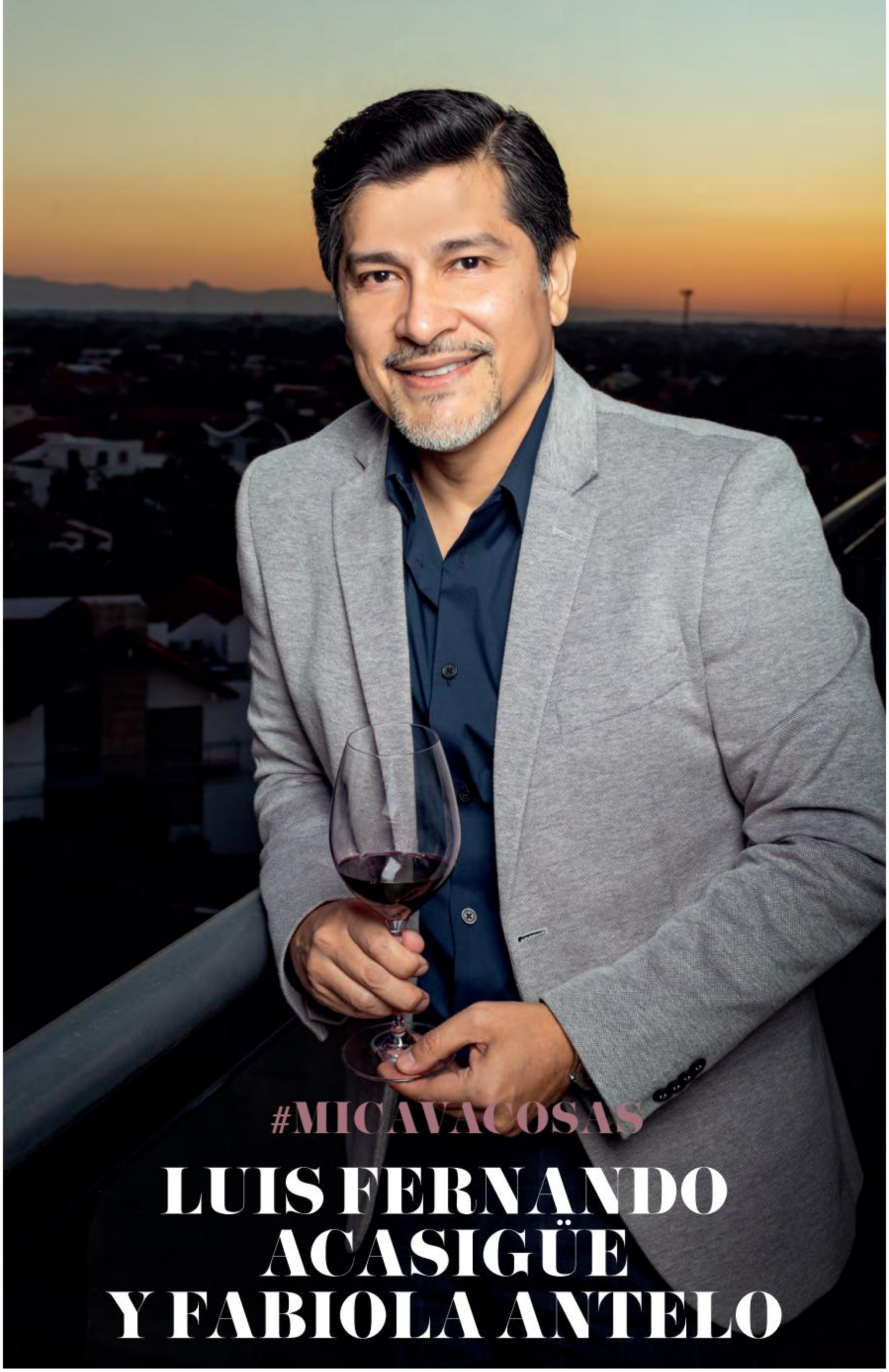
La campaña "Cambiando Historias" contempla tres grandes etapas a corto y mediano plazo: la primera es la presentación de cada una de las biografías y personajes; la segunda, la entrega de insumos y cobertura de la asistencia requerida a cada beneficiado y; la tercera, muestra los resultados obtenidos a raíz de todo el proceso que incentiva las posibilidades de superación y sustentabilidad.

UNA MIRADA AL FUTURO

"Primeramente reflexionar sobre los 75 años", explica Bertaux al ver los tiempos inusitados que se viven actualmente. "No sé si es más fácil o difícil hoy —en tiempos de pandemia— manejar una compañía que en épocas como los años 80, en las que había dictaduras, hiperinflación, inestabilidad política, además de un mercado mucho más reducido", comenta. Mirando hacia el futuro, asegura que las acciones que se han tomado, luego de un año que sumó dos procesos electorales y una inesperada pandemia, han sido un acelerador de cambios que en otras circunstancias hubiesen requerido más tiempo para su implementación.

"No vamos a volver en LBC al anterior sistema de organización laboral", afirma el vicepresidente ejecutivo en referencia al trabajo presencial de más de 400 personas en diez oficinas en todo el país. "A partir de ahora se considerará un sistema híbrido, entre presencial y teletrabajo; las oficinas tendrán espacios de *cowork* para quienes tengan que desempeñarse en el área de servicios y reunirse con clientes".

"Queremos hacer un llamado a las autoridades, a todos los niveles, para que —tomando en cuenta el valor de la tecnología en todos los procesos—, puedan adaptar normas y leyes a los tiempos de pospandemia. Esto ayudaría tanto al sector público. ■


#MICAVACOSAS
LUIS FERNANDO ACASIGÜE Y FABIOLA ANTELO

Él, dedicado al mundo corporativo internacional en el área del petróleo y gas. Ella, instructora de Ashtanga Yoga. Juntos crearon un mundo de complicidades en el que priorizan a Dios y a la familia, además de disfrutar de aquellas cosas maravillosas que da la vida, como la música, la buena cocina y los vinos.

Por Carla Tejerina/ Fotos Julio Gonzalez .

La experiencia laboral de Luis Fernando en el área de Recursos Humanos de empresas multinacionales le dio la oportunidad, junto a su esposa Fabiola y sus hijos, de viajar periódicamente por varios países, en especial por Sudamérica, donde conocieron a muchas personas y se compenetraron con distintas culturas, como es el caso de Uruguay el año 2020, país que les permitió afianzar su pasión por los vinos de esa región así como por los del Río de la Plata. Una historia que muestra cómo las vides permiten echar raíces de vida en toda tierra fértil.

¿Cuáles han sido las experiencias que han marcado la historia de su pasión por los vinos?

La apacible nueva vida en Montevideo —en contraste con un periodo tan difícil de pandemia—, y el cambio de entorno para nuestros hijos adolescentes abrió la oportunidad para unir a la familia en el hogar alrededor de la mesa. Descubrimos y desarrollamos nuestro gusto y habilidades culinarias y, por supuesto, el maridaje perfecto junto al vino.

En la tierra del tannat, un territorio chico que cuenta con casi 300 bodegas y tiene el mayor consumo per cápita de vino de Latinoamérica (por encima de Argentina y Chile), tuvimos la oportunidad no solo de conocer bodegas y probar su vasta producción, sino también acceso a una buena variedad de vinos europeos.

¿Cuáles son las bodegas más emblemáticas y los vinos de su preferencia?

Los tintos en general, las cepas cabernet sauvignon, tannat y malbec como base; eso sí, los buenos cortes.

Entre las muchas bodegas uruguayas están Bouza y Campotinto. Las argentinas de sus diferentes regiones: del NOA (noroeste argentino), Yacochuya y Piattelli; de la Patagonia, Patritti, Humberto Canale. Y, bueno, de la zona de la ciudad de Mendoza, muchas como Cobos y Catena. De Chile, Montes y Casa Silva.

Más allá, para nuestro gusto, merecen mención los Priorat y Montsant de Cataluña, y los cabernet sauvignon de Napa.

¿Qué opinión les merecen los vinos bolivianos?

El haber retornado temporalmente a Santa Cruz, por motivos familiares, gracias a las posibilidades del *home office*, nos ha permitido redescubrir los vinos bolivianos y valorar el gran esfuerzo que realizan nuestras bodegas por sentar presencia en un mercado tan competitivo y difícil, actualmente marcado por la importación ilegal.

El crecimiento de nuestras exportaciones en los últimos cinco años y el reconocimiento en el exterior hacia los vinos nacionales son motivo de orgullo (en Uruguay se reconoce el tannat boliviano).

Tenemos grandes vinos, tanto de bodegas tradicionales como de nuevas, que han mejorado muchísimo. Entre los que más nos gustan: el Esther Ortiz de Campos de Solana, los Icono de Kohlberg, el tannat Gran Reserva de 1750 y el de Barbacana. Los Aranjuez en general, como Don Milton "Legado", pero especialmente sus tannat: el Juan Cruz y el Origen, para nuestro gusto uno de los mejores vinos RCP de Bolivia.

El terroir de Tarija es único e ideal para seguir desarrollándonos, así como la zona de Samaipata, en Santa Cruz, que ya comienza a destacar.

¿Cuál es la cava de sus sueños y qué vinos deberían estar en ella?

Compartimos la idea de que el mejor vino es el que más te gusta. Optamos por probar nuevas bodegas y etiquetas continuamente, ir aprendiendo y disfrutando del camino. Hemos repetido muy poco en los últimos dos años.

En este sentido, nuestra cava debería tener la mayor variedad posible, vinos del viejo y nuevo mundo, pero sin faltar un buen tannat boliviano y uno uruguayo.

Siempre es una buena ocasión para descorchar una botella de vino en la grata compañía de amigos y celebrar la vida, que no es poco en estos tiempos. ■

DIARIO DE LOS CAMINOS

Por Homero Carvalho Oliva.

Epifanía: Mi alma, que ya estaba despierta antes de mi primer llanto, me aconsejó que no partiera cargado de zozobra, que meditara y que me asegurara de llevar el equipaje necesario, que dejara espacio para la poesía que por los caminos se iría revelando, y que no olvidara las buenas palabras del sabio Jamioy, poeta de la nación Kamsá del valle de Sibundoy, en el Putumayo colombiano, quien aconseja que en el camino "debes tener los pies en la cabeza para que tus pasos nunca sean ciegos".

Descubrimiento: Los primeros días descubrí que la poesía de los caminos no se la encuentra en los libros, los poetas la escriben en la arena para que el viento esparza los versos por todos los senderos. Las palabras y los caminos son hilos de un mismo tejido secreto que se te va revelando con la urdimbre de los días. Pronto descubrí que el camino, como la poesía, también es algo que sucede en nuestro interior. En la travesía me encontré con caminos que son como un poema, su belleza es inexplicable. Vi que el otoño deja en los caminos las hojas en las que cuenta las historias de los viajeros, para que el espíritu del tiempo las recoja y las archive en su memoria vegetal aguardando por un poeta que descifre su escritura.

Ver desde la piel: Cuando llegues a un lugar en el que hace cientos de años hubo una batalla, no veas la paja brava que nació de la sangre derramada, ve a los guerreros que la rociaron y siente la furia y el miedo, siente la muerte y la resurrección que aún campea por esos lados; desde tu interioridad escucha los viejos cantares de gesta que los guerreros entonaban antes de las batallas. No camines de prisa, recuerda que estás sobre huesos olvidados y pisas la tierra que se hizo con la carne de los que alguna vez amaron. Ve, desde tu interior, y descubrirás que los recuerdos que se transmutan en lugares tienen un valor que no se mide por lo que contienen, sino por lo que significan.

La voz de los caminos: Espera un poco, no seas impaciente, me susurra la voz de los caminos, mientras juguetea entre las hierbas, las enredaderas y los árboles cargados de frutas. La escucho entre los pregones de los vendedores ambulantes, entre los noticieros carroñeros y los gritos metálicos de los cacharros que irrumpen desde la bruma citadina. La escucho venir hacia mí, como si fuera el único que la espera, me alcanza y me dice que recuerde que lo que veo, lo de afuera, siempre es narrado desde adentro, desde un territorio que posees pero que no ves. Me dice que, a veces, hay que velar a las palabras, porque algunas están tan enterradas en nuestra conciencia/memoria que hay que aguardar a que resuciten. La poesía resucita cuando te alejas de la realidad/real/cotidiana y dejas que surja en ti el tiempo mítico con el que naciste. ■

¿QUIÉN QUIERE SER MILLONARIO?

Por Daniela Murialdo.

Quienes miramos la entrañable *Slumdog Millionaire* nos encogimos con la historia personal de Jamal, y nos admiramos por los conocimientos que le permitieron ganar los veinte millones de rupias en la versión india del icónico concurso *¿Quién quiere ser millonario?*

Mientras la veía, evocaba la mirada concentrada de mi abuela, tíos y primos en el programa americano *Jeopardy*! que guardaba para sus respuestas el mismo hermetismo que para los ganadores del Oscar, la clave de entrada a las reservas de oro de Fort Knox y la receta de la Coca-Cola. Repasaba los ojos abiertos (como los del torturado Alex DeLarge en *La naranja mecánica*) de mis parientes frente al ancho televisor -de esos que si por ventura uno dejaba encendido de noche, soñaba con marabuntas bulliciosas-, y las uñas carcomidas ante cada pregunta que sobre historia, literatura, deportes o lo que fuera, se les hacía a los sabiondos concursantes.

Como no se cultivan solamente las preocupaciones familiares, sino también sus aficiones, años después -apenas llegados a Sucre a finales de los ochenta-, depositábamos nuestra agitación en las pequeñas bolas sacadas de una tómbola, cuyos números serían anunciados por la impostada voz de Lalo LaFaye, antes de coronar al ganador de su *¡A todo bingo!* Nunca supe si ese ganador recibía algo más que una dotación de productos de La Estrella.

Pero ¿cuánto de auténtico hay en esas competencias (las de por acá) que, aunque obsoletas, aún perviven? Hace pocos días estaba yo en el *hall* del dentista. Como toda sala de espera que se precie de tal, esta reunía la atención de todos los pacientes (que aguardábamos nuestra cita en distintas especialidades) en una pantalla televisiva. Esta vez, era una conductora importada de Barranquilla la que, por un premio de 900 bolivianos, nos impelía a completar una palabra haciendo una simple llamada telefónica que costaba "solo" dos pesitos.

Estaba abstraída buscando en mi cabeza la maldita palabra cuando me sacudió la voz frustrada de una muchacha -que ya salía de uno de los consultorios- y que le comentaba con desaliento a su abuelo, luego de asomarse a la pantalla, que aún no se daba con el vocablo buscado, que a esas alturas ya sabíamos, se trataba de un animal. Sentí angustia cuando la secretaria me llamó para tomar mi turno, que llegaba luego del de mi hijo, a quien debí rogarle que por nada abandonara el lugar sin saber de qué término se trataba. Más tarde me contó que un señor, sentado dos filas detrás, alentado por su familia y arriesgando su propia cita, estuvo llamando desesperadamente sin suerte para dar su respuesta. La línea estuvo ocupada por varios minutos y nuestro representante no lo logró.

Imagino al encargado -probablemente el primo del productor del programa-, recibiendo las llamadas y eligiendo al azar un par de respuestas erróneas para sacarlas al aire e insistir al público que no dejara de "participar". Y puedo idear a la ayudante de ese mismo productor haciendo la llamada ganadora del botín: los mismos novecientos bolivianos invisibles que serán ofrecidos en mi siguiente revisión de muelas. Y en la siguiente…

Unos amigos, que en los noventa emitían un programa de rock por la radio, ofrecían desde la cabina objetos de lujo, que alguien con una identidad abstracta se ganaba: banderas de Rush o una camiseta sudada por Bruce Dickinson. Los oyentes se agolpaban para hacer entrar la llamada y contestar quién era el guitarrista de Slayer o cómo se llamaba la última gira de AC/DC. Una vez le pregunté a uno de los conductores de dónde sacaban tan buenos premios. Él se dio la vuelta y con las cejas torcidas me devolvió la pregunta: "¿Qué premios?". ■

DIANA

UNA ESTATUA PARA CONMEMORAR SU VIDA

El día que hubiera celebrado su cumpleaños número 60, el primero de julio pasado, se inauguró una estatua en honor a la fallecida princesa Diana, en el Sunken Garden del Palacio de Kensington.

Por Martina Prudencio Claros.

Conocida en los medios como "Lady Di", la princesa —quien murió el 31 de agosto de 1997 en un accidente automovilístico en París—, sigue siendo aclamada por el mundo gracias a su rol revolucionario en la realeza británica: rompió los protocolos reales, inyectó empatía en sus funciones y no se guardó opiniones. Los hijos de Diana, el príncipe William y el príncipe Harry, se han aliado hace tres años para honrar a su madre con la plantación del Jardín Blanco, ubicado en la antigua residencia de la princesa, el Palacio de Kensington. Asimismo, anunciaron el encargo de una estatua, cuya inauguración se retrasó por el impacto de la pandemia. El pasado uno de julio, finalmente fue mostrada al mundo en una ceremonia conmemorativa que reunió a la familia real.

UNA OBRA DE ARTE

La hermosa escultura fue minuciosamente planeada por Ian Rank-Broadley, el prestigioso artista plástico británico que hizo el retrato de la reina Isabel II que aparece en las monedas inglesas. Hecha de bronce, la estatua muestra a la princesa junto a tres niños, reconociendo el impacto generacional que tuvo Diana. El monumento incluye un grabado con el mensaje "Estas son las unidades para medir el valor de esta mujer como mujer, independientemente de su nacimiento. No por cuál era su posición pero, ¿tenía corazón? ¿Cómo interpretó el papel que le dio Dios?".

Fue instalada en el jardín Sunken, rodeada de las flores favoritas de Lady Di: lirios blancos, rosas blancas, tulipanes, narcisos y margaritas, encajando a la perfección con el estilo personal de la princesa. El lugar icónico ya se había convertido en un sitio importante e histórico para la realeza, antes de la colocación de la estatua: es donde se comprometieron el príncipe Harry y Meghan Markle el 2018, y donde millones de visitantes pudieron ir a recordar a Lady Di y reflexionar sobre su vida.

LA FAMILIA REAL

Harry, quien reside actualmente en California, Estados Unidos, con Meghan, su esposa, Archie, su hijo mayor, y Lilibet Diana, su hija recién nacida, ha volado a Londres

para la especial ocasión. Semanas antes del evento, el príncipe permaneció en cuarentena junto a su prima, la princesa Eugenia, en Frogmore Cottage, al igual que hicieron para el funeral de su abuelo. La tensión entre él y su hermano, presente desde la reveladora entrevista que tuvieron los duques de Sussex con Oprah, se esfumó en este nuevo encuentro: los príncipes fueron vistos conversando y riendo durante el evento, indicando que dejaron de lado sus diferencias, al menos por el día.

Los hermanos de Diana, Lady Sarah McCorquodale, Lady Jane Fellowes y Earl Spencer, también asistieron al importante evento. Por su parte, Meghan y sus hijos con el príncipe no acudieron al estreno del monumento, para la decepción de la reina Isabel II, quien se encontraría ansiosa por conocer a la pequeña nombrada en su honor.

LAS PALABRAS DE WILLIAM Y HARRY

Los hijos de Diana dieron unas emotivas palabras juntos, haciendo énfasis en los hitos que marcó su madre en vida y recordándola con cariño: "Recordamos su amor, fuerza y carácter, cualidades que la convirtieron en una fuerza para el bien en todo el mundo, cambiando innumerables vidas para mejor. Todos los días, deseamos que ella todavía estuviera con nosotros, y nuestra esperanza es que esta estatua sea vista para siempre como un símbolo de su vida y legado". Asimismo, anunciaron la estatua como un símbolo del reconocimiento del gran impacto positivo que tuvo Diana en las vidas de miles de personas. La espera de los hermanos dio frutos, haciendo que ambos dejen sus diferencias por un momento para recordar a la persona que los unirá de por vida.

Sumándose al homenaje de la "princesa del pueblo", COSAS ha hecho una recopilación de diez momentos destacables de Diana de Gales.

1. Nace su primer hijo, el príncipe William, el 21 de julio de 1982.
2. Harry, al nacer, la convierte en madre por segunda vez el 15 de septiembre de 1984. Diana hace el máximo esfuerzo por involucrarse en las actividades de sus hijos y protegerlos del ojo de los tabloides.
3. Diana cambia la percepción de rechazo del mundo a los enfermos de sida, al darle la mano sin guantes a uno de ellos en 1987.
4. La princesa introduce un destello de normalidad en la realeza británica al vestirse con ropa casual: llevando a sus hijos al colegio en *jeans*, jugando con ellos descalza en el parque, utilizando botas de goma en su propia luna de miel y andando de un lado a otro con gorras de béisbol.
5. Diana viaja a Lahore, Pakistán, para ayudar a recaudar fondos para una clínica de cáncer de mama.
6. Lady Di gana el Premio Nobel de la Paz en 1997 por su iniciativa contra la proliferación de las minas antipersona en Angola, campaña por la cual se enfrenta a ministros británicos, al gobierno de los Estados Unidos y a la OTAN (Organización del Tratado del Atlántico del Norte).
7. La princesa se involucra con las caridades de la Madre Teresa de Calcuta, desarrollando una íntima amistad con la misma, quien falleció solamente días después de ella.
8. Lady Di aparece en la portada de *Vanity Fair* y se abre sobre los problemas de su antiguo matrimonio y de la vida luego del divorcio.
9. Diana baila, sin preocuparse por las cámaras, con el actor John Travolta en la Casa Blanca, en una fiesta del presidente Donald Reagan y la primera dama Nancy Reagan.
10. La princesa es la primera en obtener un estatus de celebridad al entablar amistades estrechas con personalidades del mundo del entretenimiento como Elton John, Michael Jackson y Liza Minnelli. ■

LOS MEDIOS TRADICIONALES
SE QUEDARON CHICOS.
LAS MARCAS GRITAN
EN NUESTRAS PANTALLAS.

RPK®

LAS PANTALLAS MÁS GRANDES DEL PAÍS.

PANTALLA VERTICAL DE 4X18 METROS. CALLE MONTENEGRO.

ASTROLOGÍA PARA PRINCIPIANTES

UNA GUÍA SIMPLE PARA ADENTRARTE EN EL MUNDO DE LOS ASTROS

Por Martina Prudencio Claros / Foto Shutterstock.

La astrología es una seudociencia que estudia los astros, basada en la creencia de que estos están directamente relacionados con acontecimientos terrenales y la forma en la que los humanos actuamos, sentimos y nos relacionamos con los demás. Según la astrología, se pueden conocer y pronosticar sucesos a partir de la interpretación de los cuerpos celestes.

La carta astral es, básicamente, un esquema relacionado con la posición exacta de los astros a la hora de tu nacimiento y de qué manera estos influyen en tu vida, tus sentimientos, acciones y demás. Se utiliza como una herramienta para la exploración interior. Muchas personas encuentran sentido en sus reacciones, deseos y características personales al entender su carta astral.

LOS ELEMENTOS

Los elementos en la astrología, representados en tu carta astral, son la energía de los planetas que influye en el ser. Estos definen tu manera de sentir, relacionarte y actuar. Cada uno abarca tres signos zodiacales.

El fuego es un elemento de acción e impulso.

El aire es un elemento de comunicación y cultivación mental.

La tierra es un elemento de organización y realismo.
El agua es un elemento de empatía y sensibilidad.

MODALIDAD DE CADA SIGNO

Existen tres modalidades (cardinal, fijo y mutable) que se asignan a cada signo para determinar características fijas y rasgos dominantes de personalidad en los mismos.

Los signos cardinales, cuya posición en la carta astral está relacionada con equinoccios y solsticios, se caracterizan por ser activos, decididos y tomar la iniciativa. Son líderes natos, pero tienden a usar la agresión frecuentemente.

Los signos fijos se encuentran en el apogeo de las estaciones del año, y son muy conscientes y leales. También resultan resistentes ante las situaciones adversas y atraídos por el cambio, pero también son obstinados.

Los signos mutables, que se posicionan al final de las cuatro estaciones del año, suelen ser adaptables, versátiles y espontáneos. Sin embargo, su personalidad puede resultar contradictoria, dual e inestable.

LOS ASTROS

Los astros son fundamentales en las prácticas astrológicas, ya que rigen a los signos zodiacales y tienen una influencia poderosa sobre los mismos.

Sol: eres perseverante y tienes mucho amor propio.

Luna: como es la más cercana a la Tierra, afecta en tus cambios de humor también con más intensidad. Estás lleno de emociones, sobre todo de romance.

Mercurio: eres detallista y curioso.

Venus: eres elegante, amable y de estilo delicado.
Marte: eres independiente y muy audaz.
Júpiter: eres sincero, sociable y de gran corazón.
Saturno: eres responsable y exigente contigo mism.
Urano: eres original y con una imaginación imparable.
Neptuno: eres una romántica sin causa.
Plutón: tu carácter es magnético y tu inteligencia, grande.

La astrología es una práctica bastante compleja, que se encuentra muy de moda en el mundo actual donde, para muchos, se trata de un recurso para el autoconocimiento en tiempos de crisis. Algunas personas aseguran sentir cambios de acuerdo a los movimientos de los astros y tener una personalidad casi al pie de la letra de acuerdo a las descripciones de cada signo. A unos les brinda confort, pero a otros, inseguridad. ¿Tú, qué piensas?■

Signo	*Elemento*	*Modalidad*	*Astro regente*
Aries	Fuego	Cardinal	Marte
Tauro	Tierra	Fijo	Venus
Géminis	Aire	Mutable	Mercurio
Cáncer	Agua	Cardinal	Luna
Leo	Fuego	Fijo	Sol
Virgo	Tierra	Mutable	Mercurio
Libra	Aire	Cardinal	Venus
Escorpio	Agua	Fijo	*Plutón*
Sagitario	Fuego	Mutable	Júpiter
Capricornio	Tierra	Cardinal	Saturno
Acuario	Aire	Fijo	Urano
Piscis	Agua	Fijo	Neptuno

WILLOW SMITH

"Con el poliamor siento que la base principal es la libertad de poder crear un estilo de relación que funcione para ti, y no solo entrar en la monogamia porque eso es lo que todos los que te rodean dicen que es lo correcto".

Por Martina Prudencio Claros / Fotos Shutterstock.

La hija de 20 años de Will Smith ha revelado recientemente que es poliamorosa. La cantante conduce un programa de entrevistas en Facebook, Red Table Talk, en el cual conversó con su mamá, Jada Pinkett Smith, y su abuela materna, Adrienne Banfield-Norris, sobre el tipo de relación que funciona para ella y su manera de amar a varios individuos a la vez, abriendo una debate sobre el poliamor.

¿QUÉ ES EL POLIAMOR?

Las relaciones poliamorosas son relaciones consensuales, íntimas, emocionales y sexuales, en las cuales participan tres o más individuos, quienes son conscientes de la existencia de las demás personas. Se trata de la no monogamia —donde la monogamia ha sido, según la costumbre, la manera usual, "ética y responsable"—, que rompe los límites tradicionales de tener una sola pareja, basándose en la idea de que se puede amar a más de una persona al mismo tiempo.

EL POLIAMOR ALREDEDOR DEL MUNDO

No existe una sola manera de llevar una relación poliamorosa: lo único que todas tienen en común es la acepta-

ción y consentimiento por parte de los miembros de la relación. Dicho esto, el poliamor puede manifestarse tanto en una relación de tres o más personas —en la cual todas se amen entre sí—, como en diversas relaciones simultáneas que un individuo puede tener con diferentes personas (las cuales no mantienen vínculos amorosos entre ellas). Los límites del poliamor son amplios y transparentes.

A pesar de que el término se utiliza a nivel mundial desde los años 70, el poliamor es estigmatizado y criticado negativamente por la mayoría de las culturas, sociedades y religiones. Existe mucha desinformación sobre el tema, lo que ha causado un rechazo importante hacia esta práctica en la mayor parte del planeta. Sin embargo, en varias ciudades llamadas "progresistas" de Estados Unidos, ya se ha empezado a reconocer legalmente a parejas poliamorosas. En Latinoamérica, al contrario, si bien existen casos públicos de poliamor, este tipo de relaciones aún carece de amparo legal.

RED TABLE TALK

Red Table Talk es un programa de entrevistas conducido por Willow Smith, su madre Jada y su abuela materna Adrienne. Transmitido únicamente por Facebook, el show abarca a tres generaciones que discuten abiertamente sobre polémicas sociales y culturales actuales, generalmente difíciles de abordar. En un episodio en abril de este año, Willow se ha sincerado sobre su decisión de vivir una vida poliamorosa y el razonamiento detrás de esta. La artista veinteañera opina que la base del poliamor es "la libertad de poder crear un estilo de relación que funcione para ti y no solo entrar en la monogamia porque eso es lo que todos los que te rodean dicen que es lo correcto". Willow continuó diciendo: "Entonces pensé, ¿cómo puedo estructurar la forma en que abordo las relaciones con eso en mente?".

Haciendo énfasis en la investigación profunda en la que se embarcó antes de entrar en la práctica, Smith explicó que la causa principal de separaciones y divorcios en las parejas monógamas es la infidelidad. En una relación poliamorosa, no hay conflicto si es que andas con más de una persona a la vez. "¿Puedes imaginar estar en un grupo y amar a todos ellos igualmente?", preguntó la cantante a su abuela, quien contestó con un rotundo "no", argumentando que el atractivo del poliamor es acostarse con la mayor cantidad de personas, sin tener necesariamente un vínculo emocional. Willow explicó que ese no era el motivo por el cual adoptó tal filosofía, diciendo que ella es la que practica menos sexo en su grupo de amigos y, sin embargo, es la única poliamorosa.

Jada se ha mostrado más comprensiva hacia la práctica no-monógama, aceptando plenamente la decisión de su hija. "Entiendo que quieras organizar tu vida de tal manera que puedas tener lo que sea que quieras, a mí me parece que todo vale mientras seamos claros con nuestras intenciones", ha opinado.

CELEBRIDADES QUE PRACTICAN EL POLIAMOR

Existen cada vez más personalidades conocidas que han optado por llevar una vida poliamorosa. Scarlett Johansson, la intérprete de la viuda negra en las películas de superhéroes de Marvel que se encuentra actualmente en una relación con Colin Jost, ha confesado que, para ella, la monogamia va en contra del instinto humano. "Creo que la idea del matrimonio es muy romántica. Sin embargo, no creo que sea natural ser monógamos. Yo he intentado practicar la monogamia, pero va en contra de nuestros instintos".

La cantante Dolly Parton, casada durante 52 años con Carl Thomas Dean, se ha sincerado sobre las bases de su matrimonio "Que tengamos la libertad dentro de la pareja es la base para que nuestro matrimonio funcione". Por su parte, Angelina Jolie también ha hablado sobre su relación con Brad Pitt antes de que se separaran: "Dudo que la fidelidad sea absolutamente esencial para una relación... es peor dejar a tu pareja y hablar mal de él después. Ni Brad ni yo hemos afirmado alguna vez que vivir juntos significa estar encadenados. Nos aseguramos de que nunca nos limitemos mutuamente".

Hay celebridades que, si bien practican la monogamia actualmente, han llevado relaciones abiertas y poliamorosas en el pasado. Por ejemplo, la relación que tuvo el artista Justin Timberlake con Jessica Biel, o la de Ashton Kutcher y Demi Moore. Otros artistas también tienen opiniones negativas acerca de la monogamia. Por ejemplo, Hugh Grant, el protagonista de Notting Hill, ha declarado: "Si me preguntas: ¿crees que los seres humanos están preparados para mantener relaciones fieles durante 40 años?, respondo no, no y no". El actor Ethan Hawke ha declarado al respecto que "Si un hombre engaña es malo, si lo hace una mujer, también lo es. Pero, nuestra especie no es monógama. Considero que, si realmente amas a alguien, quieres que esa persona crezca... pero no puedes definir cómo sucederá eso".

Willow Smith le ha mostrado a su familia que el poliamor es una manera válida de llevar a cabo una vida amorosa, animándonos a que investiguemos más del tema y el razonamiento detrás. Para ella, las relaciones poliamorosas no se centran solamente en la sexualidad, sino que le brindan la libertad que ella necesita para llevar una vida sentimental abierta y honesta. Y tú, ¿qué opinas del poliamor? ■

Farmacorp

YO QUIERO

¡PORCELANA!

MUY PRONTO

BELLAGIO
NEW BONE CHINA

VUÉLVETE UN EXPERTO EN DESINFECCIÓN

ELIMINA VIRUS, BACTERIAS, GÉRMENES Y HONGOS

RINDE HASTA 40 LITROS

La vida no consiste simplemente en vivir sino en estar bien.
Si los síntomas persisten, consulte a su médico.

ES UN MENSAJE DEL MINISTERIO DE SALUD.

85 AÑOS

DE CALIDAD, DEDICADOS A TU SALUD

CONTIENEN: CADA 100 ML CONTIENE PIRIDONIO CLORURO 10 G, AGUA DESIONIZADA C.S.
REGISTRO SANITARIO: NN-25297/2018